

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

Курс V Как работает карма

Стенограмма к занятию 1. Обзор Абхидхармы. Преподаватели: Максим и Ирина Джабали

(Максим и Ирина Джабали выражают благодарность за подготовку этой стенограммы Бойко Елене, Махине Даше и др.)

Ведущая, Ольга Фильянова. Этот курс про то, что мы каждый день чувствуем на своей кухне, каждый из нас. Почему кто-то нас радует? Почему кто-то нас злит? Почему одни мечты сбываются, а другие нет? Карма – это закон причин и следствий, который работает независимо от того, понимаем мы это или нет. И вот почему хорошая идея вообще разобраться в этом. И то, что вы пришли сюда учиться этому – это мощное семя. И это семя, которое может вырасти в большое счастье, в ясность, в свободу для каждого из нас, для вас, для ваших близких, для всех, с кем вы пересекаетесь, кого вы видите. И знаете, я искренне рада, что мы делаем это вместе. Пусть это время станет мощной опорой и вдохновением для вас. Спасибо вам, что выбираете этот путь. И я хочу пригласить одного из наших учителей, Максима Джабали, который проведет нас этим чудесным путем. Спасибо большое, Александра, за прекрасный перевод. Александра Роман, наш переводчик сегодня с русского на немецкий.

Максим Джабали. Я рад вас видеть. Кто был на АСИ 4 *(поднимает руку)*? Мне кажется, больше половины. Можно я вам похлопаю? Вы не против? *(хлопает в ладоши, аплодисменты)* Меня зовут Максим Джабали, с кем мы не знакомы, но с большинством знакомы. Тебе нормально говорить, Саша, что тебя зовут Максим Джабали? *(смеются)* Спасибо большое Александре за перевод сегодня *(аплодисменты)*. Я очень рад, что мы сегодня начинаем АСИ 5. Дело в том, что это наш с Ирой пятый курс *(аплодисменты)*. Кто помнит, сколько их там всего? Юля сидит задумчиво *(смех)*. Сколько, Юль, по твоему мнению? 36 их вообще-то. Считается, что есть 18 тех, которые называются открытыми учениями, открытые курсы. И 18 ультра-секретных курсов, куда просто так не попасть. Это очень дорого, они очень дорого стоят, эти вторые 18 курсов. Кто знает какая стоимость? Сколько стоит?

Зал. Бесплатно.

Максим Джабали. Не бесплатно. Юля верно сказала, 18 первых курсов, сертификаты по 18 первым курсам. Вы скажете: Максим, но это недорого. Эти первые 18 курсов, они бесплатные, как и вторые, в принципе. Но на самом деле, людей, у которых есть деньги в достаточном количестве, гораздо меньше, я не знаю, в миллионы раз меньше, чем тех, у кого есть сертификаты по 18 курсам. Поэтому это дорого. Оль, а у нас есть часы или нет? Если мы хотим сегодня уйти домой на ночевку *(смех)*. Спасибо тебе большое, Юля. Мне лучше видеть время перед собой. Кто помнит, какая тема курса у нас? Все сразу на слайд смотрят *(смех)*.

Зал. Как работает карма.

Максим Джабали. Как работает карма. Верно. АСИ 5: как работает карма. Кто-то уже проходил, кстати, пятый курс до этого? Слава проходил. Молодец. Слав, а сертификат есть? *(смех)* Я вкратце расскажу о нас. Спасибо большое *(берёт телефон с таймингом)*. А у тебя нет приложения такого типа часы или как-то так? Есть? Чтоб не закрылось. Спасибо *(отдаёт обратно телефон)*. Вкратце расскажу о нас с Ирой. Мы из Киева. И я начал изучать АСИ курсы в 2016 году. Через несколько месяцев будет 10 лет. Ира, в каком году ты начала изучать?

Ирина Джабали. В 20-м.

Максим Джабали. В 20-м. Интересно, что я Ире не предлагал их даже изучать. Мы просто начали встречаться, она сама заинтересовалась. Ирына мама вообще боялась, что я ее заставлю носить хиджаб, учить Коран наизусть. Ира, кстати, сказала, что она вообще бы с радостью. Когда мы... Может, Галия тебе что-то расскажет про Коран? Когда мы ездили к моему отцу, они в Германии живут, мой родной отец, он из Сирии. Ире прям очень интересна была вся арабская культура, как это там все устроено.

Моя основная деятельность – я коммерческий директор Pink Diamond. Мы продвигаем мероприятия образовательные. Это наша вместе с Марией Мёртл компания. Я инвестициями занимаюсь. В этом месяце моя цель, чтобы пассивный доход полностью покрывал мои расходы. У меня кармический партнер по инвестициям с 2017 года. В этом месяце у нас с Ирой порядка 25% пассивный доход покрывает всех расходов. Да, до этого было, не знаю, 10–15. В последнее время растет, семена работают. Моя цель, что через лет 5 мы полностью, полностью пассивный доход у нас покроет все расходы.

Кстати, есть у кого-то такая цель тоже, чтобы у вас пассивный доход был (*поднимает руку*)? У Славы. Слава выше всех руку тянет. Две руки (*смех*). Мы, кстати, запускаем в АКМ, в Академии Классической Мудрости – это не коммерческая организация, которая вот эти курсы АСИ организывает. Мы запускаем, Люда, на следующей неделе? На следующей. Карма Клуб пассивного дохода. Если вы захотите, можно будет присоединиться. Мы с Ирой закончили 4 месячных молчаливых ретрита. Саша, классный перевод, мне нравится (*аплодисменты, смех*). И когда? Через 2 месяца мы в пятый идем. Вы не заметили, вот скажите.

Ира построила карьеру в маркетинге. От человека, который сверяет ценники в супермаркетах. В Fozzy Group ты, по-моему, работала, да? (*смотрит на переводчицу Сашу. Подбирает другие слова для перевода на немецкий*) Ценники? Цены. Просто цены в супермаркете. Вы, кстати, подсказывайте Саше, кто уже... Все немецкий учат? Глаза в пол. Чего ребята? (*смех*) Ты, если я быстро – ты меня толкай (*обращается к переводчице Саше*). Так можно (*машет ногой вперед. Смеется*). Она сверяла, чтобы цены в их супермаркете не были ни выше, ни ниже, чем... или ниже (*уточняет и смотри на Иру*)? На уровне, скажем. Чтобы молоко, хлеб, все стоило столько же. И вот за лет, сколько Ира, 15?

Ирина Джабали. 12.

Максим Джабали. 12 лет построила карьеру, стала соучредителем классной компании по digital маркетингу. И в прошлом году Ира полностью переключилась на дхарма-проекты, на кармические проекты. Сказала, хочу вот этим теперь заниматься. У Иры есть чудесный сервис Glukbook. Кто-то пользуется Glukbook-ом (*поднимает руку*)? Что ещё? Чем ты занимаешься в последнее время?

Ирина Джабали. В саббатикале я.

Максим Джабали. Да, это называется саббатикал. Это такое слово, творческий отпуск. Мне кажется, ты больше меня работаешь при этом, в творческом отпуске (*смех*). Потому что Ира любит работать. Она любит помогать людям.

● Что такое АСИ

= Asian Classics Institute
= Институт Азиатской Классики

с 1993 года

18 базовых курсов
и
18 продвинутых курсов

20-25 лет обучения в
современном
тибетском монастыре
на степень Геше



Кто знает, что такое Институт Азиатской Классики, АСИ (*поднимает руку*)? Ира,

ты можешь руку не поднимать. Это институт, который основал Геше Майкл Роуч, вот этот мужчина в желтой шляпе. Я думаю, он первый американец в мире, который получил степень Геше. Степень Геше – это степень магистра в тибетской философии. Да, профессор. Доктор вообще-то. Доктор наук скорее. Поэтому Геше Майкл Роуч, он как в Австрии. В Австрии, если ты получаешь степень магистра, тебя называют все магистр. И Геше Майкла поэтому тоже называют Геше. Это как бы учёная степень. Мог бы Геше Майкл, отучившись 25 лет в тибетском монастыре Сэра Мэй, просто, не знаю, для себя эти знания применять? Что он, кстати, и сделал. Он построил самую крупную алмазную компанию в Нью-Йорке – Andin International. *(Переводчица уточняет как правильно сказать по-немецки: компания)* Вот смотри, подсказывают тебе всё-таки *(Максим обращается к переводчице)*. В 2000 году компания зарабатывала 250 миллионов долларов. Продал Уоррену Баффету её. Мог бы просто эти знания только для себя применять, но Геше Майкл по этим книгам, которые он проходил по всему обучению, сделал вот эти 18 курсов АСИ. Потому что на самом деле эти 18 курсов, они по структуре очень сильно отличаются от того, как обучаются в тибетских монастырях. Очень сильно отличаются.

Знаете, сколько домашних заданий по каждому АСИ-курсу в тибетских монастырях? Нисколько. Знаете, почему? Потому что они учат каждое божье слово каждой книги наизусть. Реально, все вот эти пять великих книг, которые мы проходим. Мы проходим сейчас Абхидхарму, «Абхидхармакошу», учат наизусть, от начала до конца, не понимая, о чем там речь. После того, как выучили, они начинают получать, эти монахи, объяснение, о чем же была книга, которую они выучили.

Вместо домашних заданий они проводят 4–6 часов в день дебаты, они дискутируют вот так *(показывает: бьёт ладошкой о ладошку)*. Поэтому эта система, она очень сильно отличается от западной системы образования, как мы привыкли в школе учиться или в университете. Геше Майкл, как добрая душа, человек, он сделал, поскольку он учился в Принстоне и закончил Принстон университет. Это топ-10 университетов США. Он с дипломом, президент ему вручал награду, один из самых лучших студентов. Так вот, он сделал те же книги, те же знания, но в том формате, как мы привыкли учить. Лекция, домашнее задание, лекция, домашнее задание. И вот эти 18 курсов Геше Майкл преподавал с 93-го по 99-й год. Это сложно по-немецки эти числа говорить. Придумали *(Максим обращается к переводчице. Смеются)*. Получается, пятый курс, скорее всего, преподавал в 94 Геше Майкл. 31 год. Правильно? Да, 31.



Эти курсы стали изучать Питер и Мария Мёртл. Сначала Питер Мёртл, вообще-то. Они ездили с Геше Майклом, преподавали другие курсы, которые называются DCI Global курсы, такие практические более курсы. Там, например, по лидерству, по креативности, по отношениям есть курсы. Отношения, лидерство, креативность *(повторяет для переводчицы)*. И Питер Мёртл потом приехал преподавать курсы АСИ в Киев в

2012 году. Там он познакомился с Марией Мёртл. Это очень интересная история, как они познакомились. Может, однажды у нас будет время об этом поговорить. Очень романтично и очень волшебное.

И я в Киеве жил, и Ира жила в Киеве. Я познакомился с Питером и Марией Мёртл в 2016 году, спустя 4 года после того, как они начали преподавать эти курсы. И потом мы с Ирой уже вместе с ними познакомимся. Я представил: вот моя будущая жена, они ее благословили, сказали, что все хорошо, молодец, отличный выбор (*смех*).

Переводчица Александра. Благословили?

Максим Джабали. Сказали...В общем, пожелали мне удачи. И вообще-то они для нас провели свадебную церемонию.



Слева фотография после свадебной церемонии нашей. И для Оли тоже проводили церемонию. Спасибо за уточнение. Для Оли с ее мужем. Не просто Оля сама с собой расписалась там как-то, а с мужем (*смех*).

И вот эта фотография справа. В этом году Питер и Мария Мёртл проходили 3-месячный молчаливый ретрит. И мы были их ретритными помощниками в Хорватии на острове. Это наши учителя, у кого мы обучаемся. Живут в Вене,

возле Дуная. Я вам это рассказываю, чтобы показать, что мы с Ирой не придумывали то, что мы сегодня будем рассказывать. За этим стоит очень большая линия передачи, вплоть до Гаутамы Будды 2,5 тысячи лет.

● 18 базовых курсов АСИ

- АСИ 1 «Основные учения буддизма»
- АСИ 2 «Буддийское прибежище»
- АСИ 3 «Прикладная медитация»
- АСИ 4 -- Так существуют прошлые жизни или нет?
- АСИ 5 «Как работает карма»
- АСИ 6 «Сутра алмазного огранщика»
- АСИ 7 «Обеты бодхисаттвы»
- АСИ 8 «Смерть и сферы существования»
- АСИ 9 «Этическая жизнь»
- АСИ 10
- АСИ 11 } «Руководство к образу жизни
- АСИ 12 } бодхисаттвы», 3 части
- АСИ 13 «Искусство рассуждения»
- АСИ 14 «Лоджонг: развитие доброго сердца»
- АСИ 15 «Что в действительности имел ввиду Будда»
- АСИ 16
- АСИ 17 } Обзор 15 курсов,
- АСИ 18 } описанных выше



Коротко, вот что такое эти 18 курсов АСИ. Слава, ты можешь попробовать мышку опустить на своем ноутбуке вон там? Нет, не помогло. Да, я вижу лишнюю рамку. О, спасибо, Слава. Вот эти 18 курсов. Можете сфотографировать. К этому моменту, в идеале, вы уже прошли первые 4 курса, но я знаю, что не все это сделали. На самом деле ничего страшного, потому что они по разным книгам.

Это похоже у нас, допустим, по физике, по химии учебники, то есть, это похожие предметы естественной науки, например, но не один предмет. Кто помнит, по каким книгам у нас курсы те были? За сколько? Есть у нас бюджет? За 20 евро. Кто мне назовет, по каким книгам были первые 4 курса? Хочешь попробовать, Юль? Абхидхармакоша – это наш 5 курс сейчас будет. А первый, второй, третий, четвертый (*ответы из зала*). Так, Мастер Дхармакирти. Неплохо. Один есть (*ответы из зала*). Да, это четвертый курс. (*обращается к переводчице*) Ты переводи. (*ответы из зала*) Да, это комментарии.

Зал. «Сборник по достоверному восприятию», Дхармакирти. «Комментарий к сборнику по достоверному восприятию».

Максим Джабали. Образовалась пауза.

Зал. На этом уже всё (смех).

Из зала: Повтори для записи.

Максим Джабали. Четвертый курс был по Мастеру Дхармакирти и Мастеру Дигнаге. Мастер Дигнага оригинальный текст, а Мастер Дхармакирти комментарий на этот текст. Еще кто-то помнит? А онлайн, что онлайн скажет? Я отправлю 20 евро онлайн. По каким книгам были прошлые курсы? Три, два, один, ставка снимается. В общем, первый и третий курсы, они были по Ламриму Чже Цонгкапы. Второй курс был – это книга, которая называется сборник книг, «Совершенство мудрости». Перфектише виздом, что-то такое (*говорит, обращаясь к переводчице*). Четвертый курс, верно заметили, это Мастер Дхармакирти и Мастер Дигнага, достоверное восприятие, прамана. Прамана, так и будет (*говорит, обращаясь к переводчице*). Это санскритское слово, достоверное восприятие. Нас с вами ждет еще целый путь. Мы с Ирой планируем преподавать вот эти 18 курсов, во-первых, до последнего. Если вы на них собираетесь ходить, конечно (*смеется*). И после этого, в каком году, Ира? Где-то года через 4–5 мы начнем преподавать вторые 18 курсов, алмазный путь. И для тех, кто вживую, и для тех, кто онлайн, если вы собираетесь на них попасть, сколько стоит?

Зал. Первые 18 курсов.

Максим Джабали. 18 сертификатов надо. Да, у вас есть время. Цель вторых 18 курсов – достичь просветления за одну жизнь, в этой жизни. И вы реально получите инструменты, как это сделать. Настолько пошаговую инструкцию, как вот собрать этот стол из Ikea. Есть кто-то, хочет в них попасть, кто-то здесь? (*поднимает руку и смотрит в зал*) Оля. Кто-то хочет, кто-то думает, это нормально, можно подумать ещё.

● Структура ACI 5

5.1 Что такое Абхидхарма	5.6 Связь между кармой и пустотой
5.2 Что такое карма	5.7 Белые и черные поступки + путь кармы
5.3 Виды поступков и что их мотивирует	5.8 Хранилище ментальных семян + проецирующая и завершающая энергия
5.4 Какие результаты мы получаем от разных видов кармы	5.9 Мгновенные проступки
5.5 Как мы создаем карму, где она остается и как она переносится	5.10 Что делает плохие поступки серьезнее, а хорошие -- мощнее

Вот такая у нас структура курса ACI 5. Саша, вот я тебе сделаю крупным (*пододвинул стол с ноутбуком к переводчице Саше*). Что такое Абхидхарма? Первый урок у нас. Если вы не запомните ничего на немецком с этого мероприятия Was ist Abhidharma, думаю, вы справитесь. Второй урок – что такое карма будет. Третий урок – виды поступков и что их мотивирует. Четвертый урок будет – какие результаты мы получаем от разных видов кармы. Пятый урок – суперурок,

как мы создаем карму, где она остается, где вообще хранится карма, в общем, как она существует. Очень классный урок. Шестой – связь между кармой и пустотой. То есть как она вообще функционирует, какая у нее связь с пустотой. Дальше, седьмой урок – будем изучать хорошую и плохую карму. И будем изучать одну очень интересную тему, она называется путь кармы или кармический путь. И суть ее в том, от каких кармических поступков, какой силы у нас будут последствия. Это очень. Я когда первый раз это проходил, это очень неожиданная тема. Какие будут результаты (*повторяет для переводчицы*).

То есть, например, мы хотим, если мы хотим получить деньги в результате щедрости. Два человека на улице могут дать деньги в какую-то организацию пожертвовать. Один из них, не знаю, разбогатеет вдруг в этой жизни. У второго ничего не поменяется особо. Что такого делает

этот первый человек, что он сеет другие семена, он создает другую карму, делая один и тот же поступок.

Есть тут ребята, кто хотел бы больше получать возврат инвестиций на вложенные семена? Слава тянет руку. В седьмом уроке будем это более подробно изучать. Восьмой урок – хранилище ментальных семян, проецирующая и завершающая энергия. Прости, Саш (обращается к переводчице). Девятый урок – мгновенные проступки или, в общем, самая плохая карма. Вредные советы будет. Мы теперь это называем от Людмилы Мишаниной. Вредные советы от Людмилы Мишаниной. Рубрика. (смех) Будет пять советов, как посеять самые страшные семена в этой жизни, которые только можно. Люда, может, кстати, ты захочешь этот урок провести? (смех) И десятый урок – что делает плохие поступки серьезнее, а хорошие, наоборот, как их усилить?

Ну что, классный курс? Сколько доказательств прошлых, будущих жизней вы тут видите в уроках? (смех) Мне кажется, Геше Майкл, он как будто чередовал курсы. Например, третий курс по медитации, такой весь практичный. Четвертый курс – логика. Пятый курс снова, очень такой вот, как эта карма работает, как ее сеять. Шестой будет очень такой глубокий вообще, как работает наша реальность. Очень классный курс. И мне нравится вот это чередование.

Вот о чем пятый курс. Главная его идея, этого курса, который мы с вами будем учить наизусть, повторять: чтобы осуществить свои мечты, нам нужно полагаться на законы кармы. И главная тема этого конкретного урока – это для того, чтобы приблизиться к своим мечтам, нам нужно использовать знания из авторитетного источника.



И вы увидите во всех курсах ACI, во всех этих 18 курсах, мы обычно на первом уроке изучаем, кто это вообще, откуда это взялось, кто автор этой книги для того, чтобы придать вес этим знаниям, что это не кто-то выдумал.

ACI 1.9

4,5 древ. индийск. школы буддизма

Махаяна (Большой путь) 3й тип мотивации	4 Серединный Путь = Мадхьямика	4.2 Мадхьямика Прасангика = Школа Следствия	ACI 3, 6, 7, 10, 11, 12, 14	Группа Следствия
		4.1 Мадхьямика Сватантрика = Школа Независимых	ACI 2	Группа Независимых
	3 Школа Ум Только = Читтаматра = Йогачара		ACI 5, 15	
Хинаяна (меньший путь) 1 и 2 типы мотивации	2 Школа Сутристов = Саутрантика = Школа Логики		ACI 4, 13	Группа Функционалистов
	1 Школа Деталистов = Абхидхарма = Вайбашика = Выш. Знание		ACI 5, 8, 9	

Кстати, кто-то помнит, какие существуют школы вот в этой тибетской всей философии? А сколько их хотя бы, помните? (ответ из зала) Сколько? 4,5, верно. За 20 евро, может быть, кто-то вспомнит название? Раздали таблички? Нет, тогда снимается ставка. Онлайнерам не раздали (смех в зале). Нет, снимается ставка, но я вам еще дам возможность подзаработать.

Мы в этом занятии поговорим, что такое ACI, источники курса, что такое Абхидхарма и признаки хорошей книги.

● В ЭТОМ ЗАНЯТИИ

- ✓ Что такое АСИ
- ✓ Источники курса
- ✓ Что такое Абхидхарма
- ✓ Признаки хорошей книги

Вот, что это за 4,5 школы. Они делятся на Хинаяну и Махаяну. Разделяются. За 20 евро, в чем ключевое отличие Хинаяны от Махаяны? Я вам обещал. По поднятой руке, пожалуйста.

Зал. Я могу предположить, что это зависит от уровня начинающих.

Максим Джабали. Хочу конкретный ответ. Что конкретно, в чем отличие? Есть ещё идеи? *(поднимает руку и смотрит в зал)*. Давай, Юль. *(Ответ из зала Юли, не слышно)* Высшая школа, я повторю, что говорит Юля. Высшая школа говорит про пустоту и зависимое происхождение.

Зал. Да, что вещи пустые, поэтому существуют, но существуют взаимозависимо.

Максим Джабали. Взаимозависимое происхождение. А низшие школы что говорят?

Зал. Что на существование вещи должна быть причина. То есть, если она существует.

Максим Джабали. Для существования вещи должна быть причина. Извини, Саш *(обращается к переводчице)*. Давайте я резюмирую. Высшие школы говорят про пустоту и зависимое происхождение. А низшие школы говорят про?

Зал. Причину. Если вещь существует.

Максим Джабали. Про то, как существуют вещи, про причину. Нет. Но хорошая попытка. *(ответ Максима на ответ Юли)* Третья, последняя.

Зал. Цель пути по школе Махаяны – это просветление ради всех живых существ.

Максим Джабали. Так. Цель в Махаяне, куда входят две с половиной школы – это просветление ради блага всех живых существ. У Хинаяны?

Зал. В низших школах другие цели. Предположу, что для успокоения ума и как бы достижения нирваны, да, более уже приземлённые.

Максим Джабали. А у низшей школы достижение нирваны и подобные цели. Нирвана так и переводится *(обращается к переводчице)*. Нет нет. Что в дебатах означает да. Двойное отрицание, положительный ответ. Отлично. *(аплодисменты)* 20 евро у Оли можно будет в перерыве забрать. Это была шутка с логическим подтекстом.

Например, в дебатах просто бывает...Особенно в 13 курсе. Мы об этом будем изучать. Например, там может быть такое... Рассмотрим то, что не является этим столом *(показывает, дотрагивается до стола)*. Или может быть рассмотрим противоположность тому, что не является этим столом. Это очень весело переводить всегда. Знаете, что такое противоположность тому, что не является этим столом? Стол, правильно. В общем, это правильный ответ. Да.

Студенты Хинаяны хотят достичь нирваны для себя лично. Хотят красиво жить. У нирваны есть определение – это полное прекращение ментальных омрачений. В общем, конец

проблем, навсегда благодаря тому, что человек увидел пустоту напрямую. Сначала видишь пустоту напрямую, потом проходит какое-то время, и ты достигаешь нирваны. Это цель Хинаяны. Это очень классно, достичь нирваны. Представьте любые проблемы, с которыми вы сталкивались в жизни: деньги, отношения, политика, угроза жизни и здоровью, одиночество, лишний вес (*отрагивается до своего живота*). Ты на себе не показывай, Саш, у тебя нет (*обращается к переводчице*). Лишний вес, ты даже не знаешь, как это. И вот этих всех проблем, когда ты достигаешь нирваны, нет. Они все растворяются и навсегда. Больше ни одной нету проблемы, которую можно представить и которую нельзя представить тоже.

Но на сколько ты помогаешь другим людям при этом? Есть идеи у вас? Ни на сколько, верно. Никому ты особо не помогаешь. Поэтому у Махаяны, у них цель – стать ангелом, или просветленным существом, или Буддой. Это все одно и то же. Для того, чтобы отправлять копии своих тел, ангельских, помогать тем людям, тем существам, кому эта помощь необходима. Ну, например, классический пример считается, что там, где преподают курсы АСИ, в комнате будет сидеть один Будда, 100%. Что, Лен (*обращается к студентке из зала*)? Минимум один. Минимум один. Может быть... (*считает количество человек в зале*) 12 будет Будд сидеть. Может 13 даже (*говорит, глядя на переводчицу*). Если вы не умеете читать мысли, я не умею читать мысли, то нельзя сказать, кто Будда, кто нет. Поэтому спасибо, что пришли. Помогаете посеять мне хорошие семена.

В общем, мы поговорили про нирвану, поговорили про хинаяну, махаяну. И совершенно неожиданно для моей жены, которая явно уже думала, что я еще минут на 20 задержусь. Минута в минуту, по моему таймингу. Я передаю этот чудесный микрофон диджею, госпоже Ирине Джабали (*аплодисменты*).

Ирина Джабали. Спасибо, Макс. Добро пожаловать на АСИ 5 (*смех, чуть не оговорила и не сказала АСИ 6*). Я всегда мысленно опережаю, мне кажется, тот АСИ, который мы преподаем. Мне непривычно без микрофона вообще говорить, мне прям хочется что-то в руку взять. В общем, у меня сегодня такое ощущение, как будто у меня день рождения. И я прям проснулась с таким, знаете, предвкушением. С ожиданием хорошего. И весь день у меня так прошел, как будто действительно меня поздравляют со стартом курса, правда, пишут люди, друзья наши. Досылают нам донейшены на то, чтобы закрыть этот курс. Я вообще супер счастлива, лучшие подарки. И, конечно, я очень рада видеть вас здесь всех и всех, кто присоединился онлайн. Спасибо, что пришли.

Хорошо, от Максима вы уже слышали всякие разные странные слова. Всякие там названия школ немножко. Расслабьтесь, вам не надо это прям на память сразу всё учить. Это всегда такой некоторый процесс. Поэтому всегда, когда мы приходим на карма точку или ещё куда-то, и кто-то начинает перечислять вот так вот по памяти десять этических принципов, или сейчас может вспомнить Мастера Дхармакирти, я такая внутри: Yes. Я думаю, это всё потому, что я нарисовала этого Мастера Дхармакирти очень таким привлекательным, секси-парнем на слайдах (*смех в зале*). Да, его запомнили, ура.

Мы правда пытаемся сделать всё возможное, чтобы подать те знания, которые очень долго изучаются в монастыре. В частности, вот этот предмет, который мы будем изучать, Абхидхарма, он изучается в монастырях около 10 лет. И представьте, мы пытаемся вам объяснить это за два уикенда. Это ощущается, как, не знаю, какая-то вакцина витаминная, суперсильная, от которой просто сразу должно вштырить. По моим ощущениям, иногда реально вштыривает. Поэтому расслабьтесь, не переживайте, если какие-то слова новые или непонятные, оно всё со временем уляжется.

И наша задача на самом деле не то, чтобы вы вышли из этих классов и просто знали какие-то термины. Мы хотим, чтобы вы умели это применять в жизни. Не термины, а принципы, которые мы здесь изучаем. Зачем это применять? Чтобы достичь любых наших целей. Я знаю, просветление для многих может звучать как что-то странное. Даже слово нирвана. На этом моменте я раньше представляла такого оторванного, лохматого какого-то парня, у которого глаза так вверх как-то заочены. Потому что мне это казалось настолько нереалистичным, как будто вообще не от мира сего. Поэтому, если для вас это сейчас сложно, помните, что вы можете с помощью этих знаний достигать любых целей. Деньги, здоровье, отношения и всё, что хотите. И мы на этом курсе будем изучать, как устроена реальность.

И по традиции мы начинаем курсы АСИ с источников. Мой папа слушал начало АСИ 4. Он сказал: Боже, как вы можете запомнить эти имена? Как вы вообще выговорить их можете? Тогда я поняла, что похоже, да, я похоже просто забыла те времена, когда мне это казалось странным. Но надо привыкнуть, что мы всегда первый урок АСИ будем начинать с источников. Чтобы вы всегда знали, что это не что-то, что мы сочинили, это оттуда, издавна. Это тянется до тех времен, когда Будда Шакьямуни передавал *(показывает руками будто набирает текст на клавиатуре)*. Я привыкла показывать набирал, ну, в общем, передавал устно свои знания своим ученикам. Эти ученики передавали своим ученикам. Кто-то выцарапывал на каких-то пальмовых листьях это в тексты. Так появились первые книги. На книги писали комментарии. И, собственно, так это дошло до наших дней. На АСИ 5 мы изучаем предмет Абхидхарма. Давайте сделаем рентген этого слова.

Рентген слова



Чик-чик-чик. Туда? Хорошо *(пытается переключить слайд презентации)*. Абхидхарма – это слово на санскрите. Оно состоит из двух частей. Всё просто. Абхи – значит к чему-то или приближаясь к чему-то. А дхарма – у этого слова есть очень много разных вариантов, как это перевести. В целом это знание. Любая вещь, можно сказать, что это дхарма. Пиджак – это дхарма. Блуза – дхарма. Вена – дхарма. Микрофон – дхарма. Биодобавки –

дхарма. Био витамины – дхарма.

И, кстати, вот эта звездочка на слайде, я знаю, что, может быть, сейчас плохо видно, это значит, что это вопрос домашки. Абхидхарма значит «приближаясь к какому-то объекту». Я скажу то же самое по-тибетски: ЧУ НГУНПА. Супер, тоже хорошо. Да, это по-тибетски, мы в целом повторяем обычно тибетский, мы говорим «на удачу». Как вы думаете? Для внимательных. Вот эти ребята, которые Абхидхарма, чего они в жизни хотят больше всего? *(ответы из зала)* Есть версия приблизиться к просветлению, просветлеть. Какие еще версии? Увидеть пустоту версия. Вот это Абхидхарма, ребята из школы Абхидхармы, вот они, деталисты – это первый номерок в вашей табличке 4,5 школ. Помните ли, к какому направлению из двух они относятся? Помните, Максим говорил, есть два направления? Вот эти вот ребята из Абхидхармы, они к какой цели? Какой? *(ответы из зала)* Хинаяна, супер. Так вот, в Хинаяне у них нет такого понятия, как просветление. У них самое классное, чего можно достичь, это

нирвана. Вот это их цель: нирвана. Они такие, всё, на нирвану. И почему мы об этом говорим? Глазами Хинаяны самая крутая, самая высшая существующая вещь – это нирвана. Поэтому, вот это их «приближаясь к дхарме», в данном случае у них дхарма – это нирвана. И главная книга предмета Абхидхарма называется «Абхидхармакоша». Может быть, кто-то знает, что значит эта коша, вдруг? На санскрите. Не Максим (*смех*). Мы сегодня определили с нашим чудесным волонтером Леной, что у неё в никнейме есть частичка «шац». Так вот, вот эта коша на санскрите – это то, что «шац» на немецком. Это сокровище или сокровищница. Место, где сокровища. Да, ну место, где хранятся сокровища. Сундучок, может быть, такой. Я уже правильно нажимаю (*пытается переключить слайд*). Вот она, коша.

Кстати, интересно ли вам, почему они назвали эту книгу коша? Ну и ладно, неинтересно, не расскажу (*смех*). Ладно, на самом деле было несколько, на самом деле было очень много разных книг по Абхидхарме. Но потом они были собраны в одну, систематизированы и получилась Абхидхармакоша. Для меня это как какая-то, не знаю, место, где самые ценные знания по Абхидхарме. Если сюда зайдет Далай-Лама и спросит вас, что вы тут изучаете, что вы ему скажете? (*ответы из зала*) Абхидхарма, предмет. Но если он вас спросит, по какой книге вы изучаете? Вы скажете «Абхидхармакоша».

✿ Источники АСИ 5

[Коренной текст](#)

**«Сокровищница знания»
= Абхидхармакоша**

Мастер Васубандху,
≈ 350 г.



Эта «Абхидхармакоша» как же будет на нашем языке? Сокровищница высшего знания. И это наш коренной текст этого курса. Написал или, правильнее сказать, собрал из разных частей в одну сокровищницу. Мастер Васубандху. Он жил примерно в 350 году.

И вот это вот все Мастер, мы говорили сегодня там, Мастер Дхармакирти, Мастер Васубандху. Чего вдруг Мастер?

Зачем вот это Мастер добавлять? Это в целом уважительное отношение, приставка, которая показывает уважение. То есть мы ему не говорим: эй, чувак такой-то. Мы ему говорим: уважаемый Васубандху. То есть Мастер Васубандху. У него, кстати, был сводный брат, вы с ним познакомитесь чуть-чуть попозже. Макс говорит: мы его пригласим на следующие выходные (*смех*). Мастер Асанга. Там есть интересная история, но мы немножко отвлеклись от графика, поэтому постараемся попозже рассказать.

Теперь, помните, мы говорили о том, что исходные тексты сложно изучать, они не очень понятны нам. Поэтому пишут комментарии. Мастера пишут на них комментарии. И еще один источник, который мы изучаем, это комментарии на работу Мастера Васубандху. И это комментарий, который написал его святейшество, первый Далай-Лама. И называется этот комментарий «Освящение пути к свободе». Мне нравится, они такие эти тибетцы такие лирические названия своим книгам давали. Романтические, поэтические. Его святейшество, первый Далай-Лама у него – это как бы его титул, у него было имя.

Переводчица Александра. Святейшество?

Ирина Джабали. Хорошо, скажем, дорогой, уважаемый Далай-Лама. Его святейшество. Его имя Гьялва Гендун Друп. Жил в 1391 по 1474. (*уточняют в зале на немецком его святейшество*).

Источники АСИ 5

[Комментарий:](#)

«Освещение пути к свободе»

ЕС Первый Далай-лама
Гьялва Гендун Друп

(1391–1474)



Знаете ли, кто основал линию Далай-Лам? Может, помните? *(ответы из зала)* Чже Цонгкапа, да. То есть вот этот первый его святейшество, первый Далай-Лама, он был студентом Чже Цонгкапы. Это студент Чже Цонгкапы *(повторяет для переводчицы)*. То есть Чже Цонгкапа решил: всё, нам надо создать линию Далай-Лам. Ты, мой студент, будешь первым Далай-Ламой, будешь духовным лидером Тибета. И у

нас сейчас, мне кажется, 14-й уже, да, Далай-Лама?

В чтениях к этому курсу, в дополнительных материалах, в чтениях, в файле чтения этого курса. В дополнительных материалах вы получите, собственно, исходный текст и комментарий. Зачем мы это изучаем? Чтобы всегда быть счастливым; чтобы быть в таком состоянии, когда никакие ментальные плохие мысли нас вообще не трогают и нам не страшны.

5 великих первоисточников

ПРЕДМЕТ	КНИГА И АВТОР	ШКОЛА	АСИ
Абхидхарма	“Абхидхармакоша”, Мастер Васубандху, (ок. 350 г.)	1. Абхидхарма	АСИ 5, 8
Прамана	“Прамана Варттика”, Мастер Дхармакирти	2. Школа Логики	АСИ 4, 13
Праджняпарамита	“Абхисамая Аламкара” = “Совершенство мудрости”, Мастер Асанга	4.1 Мадхьямика Сватантрика	АСИ 2, 15
Мадхьямика	“Мадхьямака Аватара”, Мастер Чандракирти	4.2 Мадхьямика Прасангика	АСИ 6, 7, 10, 11, 12
Винайя	“Винайя Сутра”, Мастер Гунапрабха	Не относится к конкр. школе, изучает обеты	АСИ 9

(Все эти 5 книг включены в Ламрим)

АСИ 1, 3, 14

Я покажу этот страшный слайд, вы не пугайтесь, вам не надо его вообще учить. На этом курсе есть два страшных слайда: 4,5 школы и этот. Вам просто для того, чтобы в будущем, в следующих курсах вы могли проводить какие-то параллели между тем, что вы учили на этом курсе и на следующем. То есть можете просто себе сохранить и оставить на потом.

Мне кажется, у нас наступило долгожданное время перерыва.

Ирина Джабали. АСИ 5, урок 1, часть 2. У нас с вами осталось последние финальных полчаса. И всё, по домам. И у нас осталось еще немножко вопросов домашек. Вопрос номер 3. Какая в целом структура этой книги Абхидхармакоша? Какие там есть 8 глав? И как они между собой взаимосвязаны? Я вам перечислю главы. А можем кликнуть, может быть, там кликнуть, чтобы они появились *(просить тех команду помочь переключить слайд)*. И расскажу, как они взаимосвязаны.

8 глав Абхидхармакоши

1. Категории существования
(запятнанные и незапятнанные явления)
2. Силы
3. Разрушающийся мир *(3 сферы)*
4. Карма
5. Широко распространённые мент. омрачения
6. Личность и Путь *(как устранить п.5)*
7. Мудрость
8. Сбалансированная медитация

Первая глава. У них немного странное название, но я сейчас объясню. «Категории существования». То есть там описываются в первой главе все существующие вещи и на какие категории можно их поделить. В целом говорят, что в тибетской системе они разделяют вещи на запятнанные и незапятнанные.

(переводчица уточняет у Иры, что это означает)

Ирина Джабали. Ну вот так и переводи: вот с пятном. Как бы запятнанные – это в том смысле, что грязные как бы; чистые и не чистые. Но вот они используют этот термин: запятнанные и не запятнанные.

И об этом вся первая глава. Запятнанные вещи – это те вещи, которые вызваны или плохими мыслями, или просто какие-то плохие поступки. Как думаете, много ли в нашей жизни запятнанных вещей? Да, почти все.

Вторая глава. Называется «Силы». Да, и тут интересно, что под силами они подразумевают органы чувств. Глаза, уши, нос, наше восприятие, как мы воспринимаем вещи. И изучается, как мы воспринимаем вещи и как работают эти органы чувств. Как две главы эти взаимосвязаны? В первой главе лишь упоминается восприятие. А во второй главе детально описывается.

Третья глава «Страдающие миры». То есть там описывается, какие в целом есть миры. Или можно сказать, какие есть сферы существования. Кто страдает и, собственно, где они страдают. Также описывается время, пространство, как формируются планеты. В целом очень много из Абхидхармы мы будем учить на курсе АСИ 8. То есть примерно через год. Как думаете, наш мир страдающий? *(ответы из зала)* К сожалению.

Четвертая глава «Карма». Она описывает, почему существуют страдающие миры. То есть в третьем просто миры эти описаны, а в четвертом описывается, а почему же они существуют.

Некоторые люди тогда, да в принципе и сейчас полагают, что мир, наш мир создал некий создатель. И глава 4, она опровергает эту идею. И говорит, что настоящий источник – это наше действие, то есть наша карма. Мы создаем мир вокруг нашими действиями.

Какими мыслями? Это говорит пятая глава. Она так и называется «Ментальные омрачения». Можно сказать, плохие мысли *(помогает переформулировать иначе для переводчицы)*. В АСИ часто говорят: у меня ментальные омрачения. Вот это, да, и значит вот эти негативные эмоции и так далее. Например, гнев. Например, какая-то привязанность, цепляние за что-то. И вот эти омрачения, они, собственно, побуждают карму. И карма создает страдающие миры.

Шестая глава. Называется «Личность и путь» или «Человек и путь». Человек здесь имеется в виду высшие практикующие. А путь – это, собственно, как устранить эти ментальные плохие мысли, ментальные омрачения. Седьмая глава «Мудрость». Подробное, детальное описание мудрости. Детализирует то, что просто упоминалось в шестой главе. И последняя, восьмая глава «Сбалансированная медитация».

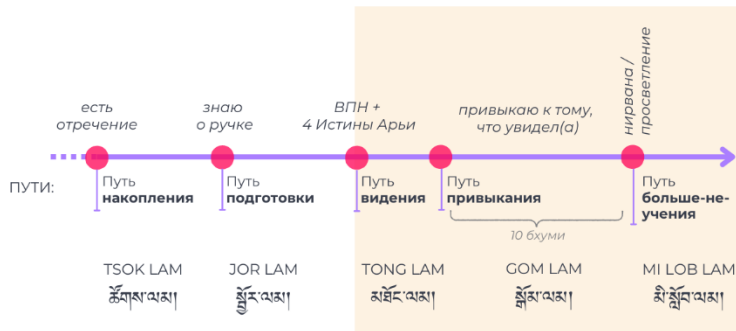
А кто-то проходил тут АСИ 3? Может быть, кто-то помнит баланс между чем и чем? За 20 евро, например. *(ответы из зала)* Беспокойство ума и сонливость ума. Сонливость, притупленность *(перефразирует для переводчицы)*. Совершенно верно, спасибо. 20 евро у Оли *(аплодисменты)*. Да, это баланс между двумя проблемами медитаторов. Потому что ум, он или такой, как бешеная обезьяна шальная. Ну скачет такая обезьяна туда-сюда, носится по комнате. Или, наоборот, он такой притупленный, сонливый, вялый. Как думаете, какую главу мы изучаем на курсе АСИ-5? *(ответы из зала)* Четвёртую, верно, карма. Весь курс будем только часть изучать, одну главу.

Хорошо, вопрос номер четыре домашки. Звучит он так: что на самом деле означает слово Абхидхарма? То есть до этого мы делали, помните, рентген слова. Разбирали, как книга

называется. А здесь вопрос об этом слове в целом. В целом слово Абхидхарма значит знание. И у этого знания есть два типа. Первый тип – ШЕРАП. Кто-то помнит, может быть, мы, мне кажется, на АСИ 1 учили: ТАП и ШЕРАП. Метод и мудрость. Вот тут этот ШЕРАП – это мудрость. Это высшее знание. И к чему это знание относится, помните ли вы?

АСИ 1.7 + АСИ 2.4

● 5 путей (LAM NGA)



Ладно, третий, сложный, непривычный слайд. Можете не запоминать, вам его не надо сейчас изучать на этом курсе. Просто напоминание. Напоминание для тех, кто проходил один из прошлых курсов и вспоминает этот слайд.

Есть пять путей, которые проходит человек в практике своего совершенствования. То есть от состояния, когда я просто обычный человек с кучей своих проблем. До состояния «я всегда счастлив»

постоянно, ничто меня не может разозлить вообще. Вот человек в процессе этой эволюции проходит вот эти вот точки, мы называем это пять путей. На первом пути: путь накопления, – у него появляется отречение. Понимание, что в жизни много всяких проблем, хочется уже с этим покончить. Дальше идёт путь подготовки. Человек впервые слышит о ручке, изучает другие концепции. И однажды он приходит к точке, которая называется путь видения. Видения чего? Чего мы видим? Мы воспринимаем пустоту напрямую. Мы видим напрямую эти истины, которые изучали до этого.

Я реально искренне верю, что каждый, кто находится здесь, кто слушает эту запись, кто более-менее хотя бы слышит, что здесь происходит. Хотя на пол шишечки, хоть немножко понимает, что тут происходит. Он может достичь этой точки: воспринять пустоту напрямую. Получить эти четыре истины Арии, когда мы имеем наш собственный опыт, что всё то, что мы изучали, это так и есть, что мир происходит из нас. Дальше идёт путь привыкания. После этого шок контента, мы привыкаем к тому, что мы увидели (*смех*). И потом однажды наступает путь больше-не-учения. Да, это странно звучит, так и должно быть. Для кого-то это будет нирвана, для кого-то это будет просветление.

Чего мы вдруг переключились на эту тему? Вот эти три последние пути, путь видения, путь привыкания и путь больше-не-учения, они выделены оранжевеньким кремовым квадратиком – это и есть этот ШЕРАП. Это мудрость. Это и есть то, что... Это как бы ключевое значение этой Абхидхармы. Добраться туда. И эти пути, вот эти три последних пути, это есть вот эта незапятнанная мудрость.

Также есть второй тип Абхидхармы. В домашней это не спрашивается, но я вам скажу. Второй тип, это аксессуары к этим знаниям. Это могут быть или номинальные аксессуары, номинальные по имени. Например, это книги; какие-то знания, с которыми мы были рождены; мудрость, которая появляется у нас на этих занятиях; книги по Абхидхарме, например, тоже. Книги, они не являются мудростью, потому что они не внутри нас еще. Поэтому называется, что это номинальные аксессуары. И есть вторая часть вот этой вот второго типа Абхидхармы – это реальные аксессуары. Это такие глубокие уровни медитации, это уже наш опыт. На этом мы закончили с разбором по кусочкам Абхидхармы. И сейчас Максим нам расскажет, какие есть четыре обязательных атрибута или характеристики у авторитетной книги буддийской.

Переводчица Александра. Авторитетной?

Ирина Джабали. Той книги, на которую можно полагаться, которая... хорошей книги. Спасибо! (*аплодисменты*)

Максим Джабали. Чего, не заснули еще, ребят? (*смеются*) Мы пройдем быстро, хорошо? Это вопрос д.з. номер пять. Продвинутые ребята сразу начинают писать в блокнотиках, потому что потом можно переписать на платформу и все, не надо думать. Сколько у тебя курсов? (*обращается к студенту в зале*) Пятый проходила или нет?

4 требования к хорошей буддийской книге

<u>В целом:</u>	<u>Как это в Абхидхарме:</u>
1. Предмет изучения значимый	запятнанные и незапятнанные типы явлений
2. Назначение	посеять семена мудрости в умах учеников
3. Конечная цель	нирвана
4. Связь между тремя выше	назначение достигается через предмет и конечная цель – через само назначение

Итак, что это за четыре атрибута? Четыре части, характеристики. В общем, тут имеется в виду следующее. Как понять, что какую-то книгу следует читать?

Например, вы видите заголовок на каком-то интернет-ресурсе: Киану Ривз только женился, но уже успел изменить своей новой супруге. Как-то вы понимаете, интуитивно стоит вам читать эту статью, которая как книга, можно

сказать, или нет, правильно? То есть на что стоит тратить время, на что нет. Так, и с буддийскими книгами тоже есть вот эти критерии. Какие четыре характеристики должны быть у хорошей книги?

Первое, это то, что предмет изучения должен быть значимым, то есть иметь значение. Это, можно сказать, тема книги. У Абхидхармакоши этот предмет – это запятнанные и незапятнанные типы явлений. Грязное и чистое типа явления, можно так сказать.

Переводчица Александра. Явления?

Максим Джабали. Объекты, можно сказать. Ну, то есть мы изучаем карму. И как работает карма. Второе – назначение книги. Здесь – посеять семена мудрости в умах учеников.

Например, возьмем эту статью про то, что Киану Ривз изменяет своей новой жене. Что я думаю, конечно же, неправда. Киану Ривз буддист вообще (*смеется*). Что было бы предметом изучения этой статьи? Запятнанное белье Киану Ривза (*смех*). Предмет изучения была бы жизнь, какая-то тайная жизнь Киану Ривза. Киану Ривз знаешь кто это? (*обращается к переводчице*). В Матрице играл парень. Матрицу смотрела?

Переводчица Александра. Да. Это он?

Максим Джабали. Красавчик. Это предмет изучения. Грязное белье Киану Ривза было бы. Назначение какое? (*ответы из зала*) Никакого назначения (*смех*), просто заставить читателей провести время, потратить время зря в своей жизни. Посеять семена разъединяющих разговоров в умах читающих. Я привожу эти примеры, потому что у каждой книги есть вот эти атрибуты, и у каждой статьи, и у каждой единицы информации.

Конечная цель у нашей книги «Абхидхармакоша» – нирвана. У статьи, которая обвиняет Киану Ривза, неправду, которая пишет о Киану Ривзе. Конечная цель, да, чтобы мы перешли на сайт, наверное, вам показывают тут, просто посмотрели рекламу на этом сайте и сайт заработал на рекламе.

И связь. Четвертая – это связь между тремя высшими, есть она или нет. То есть мы, в нашем случае студенты «Абхидхармакоша», изучаем мудрость для того, чтобы...Ну вот эти запятнанные, незапятнанные явления, то есть это карма, как она работает для того, чтобы посеять семена мудрости в своем уме для того, чтобы достичь нирваны. Мне нравится.

Почему мы проходим эти четыре атрибута? Это просто формальное объяснение, на что стоит тратить время, на что нет. Ну, к примеру. Были популярны в моем детстве детективные романы Дарьи Донцовой. Слышали про такие? Ничего против ее книг не имею вообще. Но когда ты читаешь эту книгу, например, возможно, ты хочешь тоже разложить: стоит она вообще чтение или нет. Например, книга может быть развлекательной, в этом нет ничего плохого. Да, может она не про мудрость какую-то, но просто для развлечения. Но тогда мы это понимаем, раскладываем для себя, что для нее предмет – просто поразвлечь людей. Это неплохо читать, ничего против Дарьи Донцовой не имею, это неплохо читать художественные книги. Просто нас здесь учат, как определять предмет, назначение, конечную цель книги. Вот это и есть ваш ответ на вопрос номер 5.

Теперь, какая у нас главная тема курса? *(ответы из зала)* Как работает карма. Так он называется, да. А какая там главная идея? Чтобы осуществить свои мечты. Сейчас я вам наклацаю *(пробует переключить слайды в презентации)*.



Слав, а можешь как-то промотать, пожалуйста? Чтобы осуществить свои мечты, нам нужно полагаться на законы кармы – это главная идея курса. И урока нашего – для того, чтобы приблизиться к своим мечтам, нам нужно использовать знания из авторитетного источника, к которому мы пришли. И теперь, Слава, можно центрировать.

Спасибо. Ниже, ниже. Это выше слово. Ниже.

● Итого, что прошли

- ☒ Что такое АСИ
- ☒ Источники курса
- ☒ Что такое Абхидхарма
- ☒ Признаки хорошей книги

Что мы сегодня прошли? Вы мне говорите. Что такое АСИ? Все запомнили? Источники курса. Какой источник мы изучаем? *(ответы из зала)* Абхидхармакоша. И комментарии на него. Что такое Абхидхарма сегодня прошли. Признаки хорошей книги. Атрибуты, что ты сказала *(к переводчице)*. Мне нравится.

Не знаю. Это конец занятия. Я думаю, было бы здорово немного пофантазировать о том, что было бы, если реально мы в этой книге узнаем что-то ценное, в этом курсе. Применим

это на практике. Что-то в жизни у нас наладится. Увеличим доход, может быть. Может быть, если нет у нас отношений, встретим того самого единственного. Если есть отношения, то сделаем его тем самым единственным, которым он был первые две недели *(смех в зале)*. Месяц.

Курс V, стенограмма к занятию 1

Я не знаю, может, достигнем еще какие-то свои мечты. Станем живым примером, что реально, что посеешь, то пожнешь, принцип работает. Спасибо вам большое сегодня за вечер (*аплодисменты*).

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

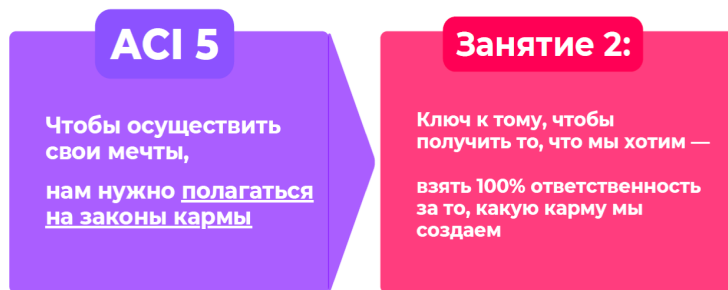
Курс V Основные виды кармы

Стенограмма к занятию 2. Обзор Абхидхармы. Преподаватели: Максим и Ирина Джабали

(Максим и Ирина Джабали выражают благодарность за подготовку этой стенограммы Бойко Елене, Зубчик Лине и др.)

Максим Джабали. Итак, у нас с вами второе занятие пятого курса, е-е-е-е-й! Мы с вами проходим карму, как она работает. Кто помнит главную идею нашего курса?

Максим Джабали. Супер! Чтобы осуществить свои мечты, нам нужно полагаться на законы кармы. Отлично!



Максим Джабали. И сегодня мы будем говорить о том, что ключ к тому, чтобы получить то, что мы хотим, — это взять стопроцентную ответственность за то, какую карму мы создаем. И если вы продолжите делать эту медитацию, которую для нас Оксана сегодня провела, большое ей спасибо (*хлопает в ладоши, аплодисменты*), то у вас начнет развиваться все больше и больше

ощущение, что этот мир реально является продолжением меня, моих действий, слов и поступков. И сегодня мы пойдем в эту идею глубже, хорошо? О чем мы там на прошлом занятии говорили? Кто помнит? Какие источники мы проходили, да? Как называется книга, которую мы изучаем? Абхидхармакоша. Ее автор? Мастер Васубандху. Кстати, кто помнит, как его брата звали? Мастер Асанга. На каком там курсе мы проходили Мастера Асангу?

Зал. Четвертый?

Максим Джабали. Нет, не четвертый.

Зал. Второй курс?

Максим Джабали. Второй курс, отлично. Неплохо, ребята, вы уже потихоньку ориентируетесь! Сегодняшнее занятие — одно из моих любимых во всем этом курсе.

● В этом занятии

- ☒ Какая причина создания мира
- ☒ 2 типа кармы / поступков
- ☒ Характеристики несообщающей формы кармы

Мы поговорим о том, какая причина создания мира. Два типа кармы и поступков, нам Ира расскажет. Мы с вами реально еще разберем одну очень необычную тему, сообщающая и не сообщающая карма. В общем, как узнать, какую карму человек посеял. Это практически как гадание будет (*Смеется*). Гадание как гадалка, в общем, как астрология, можно сказать, по каким-то внешним признакам звезд мы что-то сможем сказать. В общем, будем с вами учиться сверхъестественным

способностям. Волшебным, магическим способностям. Хорошо, добро? Мы будем смотреть на волшебные, магические силы.

❀ Какая причина создания мира?



ཀླུ་གྲག་པ།
gyu takpa

неизменяющаяся
причина



གཞི་བོ།
tsowo

первоначальная
энергия



དབང་ལྷུག་
wangchuk

создатель

Мы будем начинать с того, что в своей книге Мастер Васубандху начинает разбирать в то время популярные теории, откуда произошел мир. Это ваше домашнее задание будет номер два. И Мастер Васубандху выделяет три самые популярные в его время теории. Первая – это неизменяющаяся причина. Вторая – это первоначальная энергия. И третья – это создатель.

Максим Джабали. Мой товарищ надо мной прикалывается, потому что мой первый онлайн-курс, который я записывал в 2011 году, 14 лет назад, я его на дисках сделал – он назывался «создатель» (*Смеется*). Это был курс про креативность, в смысле создатель идей, создатель-творец. Но он надо мной прикалывается, называет меня создателем (*Смеется*). В общем, в то время в Индии были три популярные теории, откуда появился мир. Мы сейчас поговорим о них подробнее, что это за три теории, хорошо? Это одна из моих любимых тем вообще в ACI-5 курсе, и вообще во всех курсах ACI. Я об этом думал тысячи раз. Меня очень волнует эта тема. Я об этом дискутировал с друзьями, преподавал, в том числе, я думаю, уже сотню раз точно. Это очень, реально, для меня важная тема. Я не знаю, как у вас, но у меня с детства было очень сильное желание разобраться, как работает этот мир вообще, как он устроен. И меня волновал такой вопрос, с которым я, собственно, пошел на факультет психологии. Я учился на факультете психологии. И вопрос этот я для себя формулировал так.

Вот родилось два близнеца в семье. Одинайцевые близнецы, то есть они одинаково выглядят, одного пола. Они растут в одной семье, в одних условиях, в одной культуре. Почему один может стать счастливым, завести семью, у него все сложится. А у второго жизнь не сложится, он может стать алкоголиком, наркоманом, может быть, даже он закончит жизнь самоубийством от безнадеги. И меня этот вопрос с детства очень сильно волновал: что влияет на жизнь этих людей, почему они в одинаковых условиях рождаются, но их жизнь может по-разному складываться совершенно.

Потому что моя бабушка, она живет в Пятигорске, это Кавказ, в России. Не так далеко от Болгарии, кстати. Я ездил туда на лето, к бабушке. И это такой город, это курортный город, то есть там минеральные воды, и он популярен, там санаториев много. И моя бабушка жила в центре, в очень красивом месте, которое называется Цветник. И вот прямо за её домом, за её частным домом, там был двор, в котором жили неблагополучные семьи. И там были парни моего возраста, я с ними играл, в футбол мы гоняли. И у меня было достаточно... У меня не были родители какие-то очень богатые, но у нас было что есть, у нас всё было в порядке в семье. И вот мы приезжали летом в Пятигорск к бабушке, и я там общался с этими ребятами, у которых была очень тяжёлая жизнь, на самом деле. Я помню, одного парня звали Виталик, и его папа был алкоголиком, мамы не было, в общем, я не помню, где была его мама, он жил вот один с папой, папа его бил, у него было очень тяжёлое детство. Моя бабушка этого Виталика иногда кормила, но потом он стал как мелкий преступник, он что-то где-то подворовывал. У бабушки

был магазин, он из этого магазина что-то воровал. Он был такой достаточно агрессивный парень. И я понимал, что это не то, что его вина, но он живёт в таких условиях.

И мне реально, мне было очень интересно, это меня очень волновало: почему у меня в жизни всё нормально, я приезжаю в гости к бабушке, у меня хорошая семья, мама с папой друг друга любят. И у этого Виталика, я прям видел, как его жизнь, она просто идёт как будто под откос. И ни я, ни он, мне казалось, ничего не можем с этим сделать. И вот в то время я помню, что этот вопрос меня стал волновать ещё больше и больше. Я себе пообещал, что я однажды разберусь с этим. И этот вопрос, я думаю, он в какой-то мере всех нас волнует: как же устроен этот мир? Почему у одних людей складывается жизнь, у других, не знаю, не складывается, они или травмы получают, или у них депрессия какая-то начинается, другие проблемы, – почему так? И вот наш Мастер Васубандху, похоже, задавался этими же вопросами. И он начал в этом вопросе разбираться и писать свою книгу Абхидхармакоша.

И этот вопрос, как же устроен этот мир, в то время на него было три таких самых популярных ответа в Древней Индии. То есть это Индия, 300-350-й год. И он начинает разбираться, допустим, это была какая-то неизменяющаяся причина. Сейчас это было бы то, что мы называем «большой взрыв», то есть это такая причина, у которой не было причины. Современная теория Большого взрыва утверждает, что Большой взрыв был, но у большого взрыва нет причины. Я знаю, это звучит, когда так об этом говоришь, это звучит как-то странно. Но послушайте, я когда проходил этот курс ACI-5, а это было приблизительно в 2017 году, я думаю, восемь лет назад. Я подошел к ноутбуку своему, ввел в гугл «теория большого взрыва, научная статья». Я нашел статью, ну она не очень прям большая, на 20 страниц, 20 страниц как маленький реферат, что такое теория Большого взрыва, как это устроено. И там этот ученый, я думаю, он американский ученый, перевод был в статье, пишет, что вот Большой взрыв, внезапно произошел взрыв, Вселенная стала расширяться. У нас есть очень много свидетельств, что Вселенная расширяется, у нас есть свидетельства о разной температуре, инфракрасное излучение. Мы точно знаем, что Вселенная расширяется. И вот если проследить, откуда это все взялось, то мы видим, что это взялось все из одной точки, из маленькой точки, из которой произошел Большой взрыв. И мы уже достаточно хорошо понимаем, что там было, когда нагревалась материя перед этим взрывом. Точно мы не знаем, почему она взорвалась, но мы точно знаем, что взорвалась, был Большой взрыв. И до этого Большого взрыва, – он объясняет, – вам нужно понимать, дорогие читатели: не было времени и не было пространства. И вот из этого отсутствия времени и отсутствия пространства вдруг появляется вся Вселенная. Когда я учился в школе, я увлекался вообще астрономией, научной фантастикой, я читал книги Стивена Хокинга, вот эта краткая теория мира, как устроен мир, некоторые другие книги. И там в целом о Большом взрыве говорят везде одно и то же: что вот из ничего, из вот этой точки вдруг взорвалась и появилась вся Вселенная.

И вот я читаю эту статью и дохожу до конца, до вот этой двадцатой страницы этой статьи, потому что мне интересно, что напишет этот ученый, а что же в итоге было причиной Большого взрыва. И он говорит, что в целом у Большого взрыва нет причины, и, если у вас, дорогие читатели, есть вопрос, что, утверждаю ли я, как автор этой статьи, что из ничего появилось всё, – да, именно это я и утверждаю: из ничего появилось всё. И у меня было какое-то разочарование, когда я читал эту статью до конца (*Смеется*). Казалось, я потратил столько времени для того, чтобы, в конце вот этот чувак с ученой степенью сказал мне, что из ничего появилось всё. Ребята, сейчас мы разберём без знания физики, вам не нужно знать физику для того, чтобы опровергнуть факт, что из ничего не могло появиться всё. Реально не нужно знать физику и астрономию. Нужно понимать логику.

И вот что нам говорит логика. Логика строится на том, что у каждого термина есть определение. Без определения термина нельзя ни о чем дискутировать, дебатировать, потому что люди могут иметь ввиду под одним словом разные вещи. Так вот, в логике, когда мы договариваемся о том, что у каждого термина есть определение, мы начинаем давать вот эти определения вещам. Есть термин, который называется «причина». И у него есть определение. Причина, – интересно узнать? Причина – это то, у чего была причина, и что ведет к результату.

Это очень простое определение. Причина – это то, у чего есть причина, и что ведет к результату. Поэтому в тринадцатом курсе, который по логике, мы, например, будем проходить, что причину можно называть результатом в том числе.

Так вот, когда мы что-то называем первой причиной, например, Большой взрыв, по определению это означает, что у нее тоже должна быть причина. Мы же ее называем причиной, у нее, значит, тоже есть причина. Но проблема в том, что у нее нет причины, согласно теории Большого взрыва. Поэтому эта теория, она противоречит сама себе. Не может что-то быть причиной, чтобы у нее не было причины у самой тоже. Я не знаю, который раз вы об этом слышите, мы об этом часто говорим на разных курсах АСИ, но если вы об этом подумаете какое-то время, что я вас призываю сделать, то это будет достаточно очевидно. До того, как погружаться в Большой взрыв, я просто предлагаю подумать о том, что мы называем причиной, что мы называем результатом. Если у чего-то нет причины, тогда оно не может называться причиной. Просто представьте, ничего не было, и вдруг появляется причинно-следственные связи. С чего вдруг? Поэтому эта теория, я предлагаю вам возвращать свой ум к ней снова и снова. Например, когда вы будете делать домашки. Мы будем запускать группу совместного прохождения к этому курсу, где будем с вами встречаться, обсуждать это. Продолжайте свой ум помещать к этой идее снова и снова, пока она для вас не станет ясной, как белый день.

Другой способ сказать о причине, у которой нет причин – это назвать ее неизменяющейся причиной. То есть это такая причина, у которой тогда нет причины и нет результата. Ну то есть в целом такого не бывает. И вот эти первые две вещи, они на самом деле относятся из двух категорий существования к неизменяющимся. Есть изменяющиеся и неизменяющиеся, а это неизменяющийся, первые две. То есть то неизменяющаяся вещь, это тот существующий объект, который не изменяется от мгновения к мгновению, это его определение. Этого в домашке у вас не будет, ну ладно.

Мы разобрались, что с Большим взрывом – это странная теория. Кстати, я не утверждаю, что не было вот этого взрыва, благодаря которому Вселенная расширяется, этого я не говорил. Я утверждаю, что с этого не могло всё начаться. Я вам скажу больше, если мы продолжим рассуждать о том, что у нас всё, то есть вот мы здесь находимся, есть причина, почему мы здесь находимся, каждый из нас. Причина эта в том, что вы увидели объявление, может быть, об этом курсе, пришли сюда, до этого, может быть, у вас какая-то проблема в жизни произошла, вы начали вообще интересоваться этими вещами. Редко от хорошей жизни люди начинают интересоваться, как устроен мир, – пока все работает, обычно тебя не сильно интересует, как он устроен. У этого причина то, что вас родители родили когда-то в прошлом, бабушки, дедушки встретились, родили ваших родителей. Это мы идем назад, какие причины были. До этого появилась жизнь на Земле, амебы, одноклеточные появились. До этого, хорошо, я не спорю, был вот этот взрыв, но это, я утверждаю, что это не может быть причиной. Первой причиной не может быть. До Большого взрыва тоже, значит, что-то было. И если продолжать эту логическую цепочку, то вы придете к идее, которая поначалу некомфортная, не то, что она со временем комфортная станет, мне она не стала комфортной, но она некомфортная. Не могло быть первой причиной, потому что первая причина это, получается, то, что создает результат, но у чего не

было причины, – это так не работает. Не может такого быть, чтобы из ничего вдруг появляется всё, ну как вы себе это представляете? Поэтому не могло быть никогда первой причины. Вне зависимости от физики, кармы, астрологии, с точки зрения логики не могло быть первой причиной. Я об этом так уверенно и весело говорю, потому что вот как 9 или 10 лет я об этом думаю, ну, я думаю, несколько раз в неделю. То есть у себя в голове и потом с другими людьми я разобрал все возможные варианты, которые мне только пришли в голову: про инопланетян, что это всё симуляция, мы в видеоигре, что это всё снится мне может, снится, сон, я сплю (*Разъясняет переводчице*) – все варианты я разобрал. Всё ещё нет такого варианта, где из ничего могло появиться всё. Причина бесконечная, не было никогда первой.

И в общем, Мастер Васубандху опровергает, что вот эта первоначальная энергия или Большой взрыв, это может быть причиной нашего мира, – говорит, – нереально.



Какая причина создания мира?



གཏིག་པ་

gyu takpa

неизменяющаяся
причина



ཁོ་ལོ་

tsowo

первоначальная
энергия



དབང་ཕྱུག་

wangchuk

создатель

И вторая вот эта первоначальная энергия по-тибетски: tsowo, можете на удачу повторить: tsowo. А первое называется: gyu takpa. Я некоторые тибетские слова уже знаю. Такра – это неизменяющийся, mi takpa – это изменяющийся. Соответственно, gyu – это причина должна быть, если два слова таких (*Смеется*).

Tsowo, не знаю такого слова,

не с чем мне его соотнести. Но в общем это неизменяющаяся первоначальная энергия, это как в «Звездных войнах» приводится пример вот эта сила. Да, в общем она тоже неизменяющаяся. Проблема с неизменяющимися объектами: они не могут ничего произвести, они не меняются. Поэтому наш Мастер Васубандху спорит и доказывает: нет, не могло быть первоначальной энергии.

И последний, третий вариант. В то время в Индии была популярна теория, что этот мир создал какой-то создатель. Не вот тот диск с моими аудиозаписями (*Смеется*), а создатель как существо. Так получилось, что в то время и в том месте, где я рос, это тоже была популярная причина, как люди говорили, может, откуда этот мир появился. Весь курс АСІ-4 мы об этом говорили, и для меня это достаточно...

Об этом я тоже думал очень много раз. Я даже встретил одного парня в переходе в Киеве, который листовки раздавал, и я с ним полчаса провел и обсуждал про создателя, не особо у меня получилось ничего. Но суть в том, здесь Мастер Васубандху приводит очень интересный аргумент, почему это не мог быть создатель мира. Ишвара, в то время его называли Ишвара, этого создателя в Индии. Он говорит, что причина, почему не создатель этот мир создал, в том, что у нас существует время в мире, и вещи происходят друг за другом, как причина и следствие. И это в целом всё, что говорит Мастер Васубандху.

И когда я первый раз об этом услышал, я подумал: в каком мире вообще это опровергает теорию создателя., для меня на тот момент это вообще не опровергало эту теорию. А для вас, кстати, девчонки, тренера АКМ, Оксана, для тебя как, ты, когда услышала, сразу это было доказательством того, что создателя нет?

Участница из зала Оксана. Нет.

Максим Джабали. И для Иры, а для тебя? (*Обращается к Ирине Джабали*). В общем, я спросил, тут три человека, тренера АКМ, говорят: не было это для них хорошим доказательством. И для меня тоже, я тоже на это не купился. И вот я об этом думал восемь лет, и я должен сказать, это отличный аргумент. Это настолько классный аргумент, что он полностью опровергает теорию создателя. Но об этом нужно подумать. Но я не буду вас заставлять думать ни о чем, я вам дам вводные, которые еще дополняет Мастер Васубандху.

Во-первых, этот мир реально выглядит как мир причин и следствий, думаю, с этим вы не будете спорить. Ну, например, я возьму этот цветок (*Берет в руку веточку цветка*), сейчас я опущу руку, – что с ним произойдет?

Зал. Упадет.

Максим Джабали. В чем причина, что он упадет? Сила притяжения, я его отпущу. Отпускаю (*Отпускает цветок, он падает*)? Реально упал, – реально причина в том, что я его отпустил. Так вот, то, как этот мир существует по причинно-следственным связям, – это на самом деле совершенно противоположный способ существования мира, как если бы его кто-то создал. Я вам сейчас постараюсь рассказать, как об этом можно думать. Вот представьте, вы – всемогущее существо. И давайте определим, кто такое существо, у которого есть вот это всемогущество. Это существо, которое может своей силой намерения, скажем, создать любой объект, уничтожить любой объект, превратить один объект в другой. Для него это не занимает время, потому что у него есть всемогущество, ему не нужно... Это не так, что ты ставишь Windows на скачивание, он у тебя скачивается полдня, потом ты его полдня устанавливаешь, это не так работает. Ты нажимаешь кнопку, и тут экран смерти начинается, это так не работает у всемогущего существа. Всемогущее существо – это которое может установить Windows вот так (*Моргает один раз, показывает усилие, показывающее мгновенное действие*). Даже на Macbook, кстати, есть такие извращения (*Смеется*).

Так вот, давайте пойдем дальше. Зачем всемогущему существу было бы устанавливать Windows себе на компьютер? Ну, допустим, он хочет какой-то, я не знаю, отчет сделать в Excel, подать жене своей о финансовых, о семейных расходах в этом месяце. Представим, что он хочет сделать репорт в Excel о финансах. Ему в целом и не нужно заполнять этот лист, потому что он в силу одного мгновения может сделать так, что жена будет довольна, скажет, – да, всё, молодец, не перерасходовал ты бюджет. Ему не нужно за аренду платить тоже, отложенное не нужно ставить в Революте на первое число, отправить хозяйке за квартиру деньги. Вы думаете, я шучу, кстати, но я серьезно. Так вот, зачем такому существу создавать причины и следствия и мир причин и следствий? Чтобы что? Ну, не знаю, вы об этом думали? Ну, зачем?

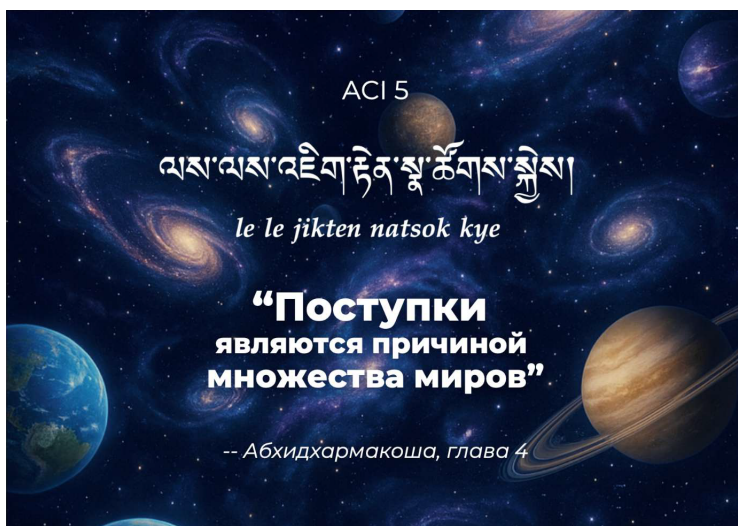
Я вам скажу, что мне говорили в школе, зачем. И я об этом не говорил на АСИ-4, потому что мне запретил мой наставник, Питер Мёртл, сказал, об этом не надо говорить. Но мы уже на АСИ-5, вы, предполагается, прошли АСИ-4. Я вам расскажу, о чем я дебатировал с тем парнем в переходе, который листовки раздавал. Я говорю: «Слушай, ты говоришь, что создатель вот этот мир создал, Бог, Творец, ну почему я здесь, почему я еще страдаю?». Вот тот самый вопрос, в который всё упирается. И забегаю наперед, я не утверждаю, что Бога нет. И не надо бегать потом голыми вон там на Вене и кричать... Как Бог будет по-немецки? (*Спрашивает у переводчицы*). Nicht Gott, nicht Gott! (Бога нет, Бога нет). Такого не надо делать, хорошо (*Смеется*)? Этого я не утверждал. Я кстати утверждаю, что Бог существует, и вы можете его встретить. Но, возвращаясь назад к тому парню, я ему говорю: «Вот есть ли вот этот Бог, о котором ты говоришь, о котором и мне говорили, на самом деле, в школе, он создал мир, который я думаю,

что я неправильно понимал его, то почему я страдаю?». Почему, я не знаю... Я к дерматологу ходил, он мне родинки какие-то прижигать будет. Ну, камон. И он говорит, - вы слышали этот аргумент, - «Потому что ты должен чему-то научиться, ты должен стать лучше, чтобы потом попасть в рай». Я говорю: «Хорошо, но ты утверждаешь, что этот Творец, он всемогущий, правильно? И он все любящий, соответственно?». Это то, как мы это изучаем. Я, кстати, я правда верю, что он все любящий.

Теперь представим. Вот у нас, к примеру, есть точка А, это будет (*Ставит сбоку на столик компьютерную мышку, отмечая ее как точку А*). Этот ноутбук у нас будет точка Б (*Ставит справа от мышки ноутбук, отмечая его как точку Б*). А это точка С (*Кладет справа от ноутбука блокнот, отмечая его как точку С*). А, Б, С. А – это творение мира. Б – это что-то должно произойти. С – я оказываюсь в раю.

Так вот, что утверждал тот парень в переходе? Он говорит, что Б, то есть, что должно произойти между созданием мира и тем, что я окажусь в раю, это я должен извлечь какой-то урок, стать лучше. Я его спрашиваю: «Это то, что ты утверждаешь?». Он говорит: «Да». Я говорю: «Правильно ли я понимаю, что вот этот Бог, Творец, который создал мир, в целом-то, то есть у этого Творца есть сила, поскольку он всемогущий, чтобы вот это Б, все уроки, которые я должен извлечь, всех дерматологов, которых я должен посетить в этой жизни, – это может произойти вот так (*Щелкает пальцами*). У меня ладошки вспотели, я уже очень возбудился об этой теме, не могу хорошо, громко щёлкнуть (*Смеется*). Но он этого не делает. Я его спрашиваю, этого парня: «А почему? Почему?». Он говорит: «Ну потому что ты сам должен извлечь эти уроки». Я говорю: «Хорошо, но у этого творца есть все еще сила сделать так, чтобы все эти уроки, которые я должен извлечь, всех дерматологов, которых я должен посетить, это может все произойти по одному щелчку. И он не ответил на этот вопрос.

Я вам скажу, почему он на него не ответил. Потому что, если ты отвечаешь на этот вопрос, «да, он может это сделать», тогда неизбежно получается так, что он не хочет, но это противоречит идее все любящего Бога. Потому что, если у вас ребенок разбил себе коленку на улице, вы бросаете всё, начинаете ему очищать эту коленку, клеить пластыри на нее. Если у вас ребенок заболел, вы сидите с ним, даете ему таблетки, чтобы он выздоровел. И я утверждаю, моя мама вчерашнее занятие смотрела, сегодня я не знаю, если бы моя мама могла дать мне одну таблетку, которая меня спасает от всех дерматологов, которых мне нужно посетить до конца жизни, от болезней, страданий, разочарований, – я утверждаю, что моя мама дала бы мне такую таблетку. Какие бы у вас ни были отношения со своей матерью, я думаю, ваша мать бы тоже дала вам такую таблетку, если бы она у нее была. Но проблема в том, что вам ее не дают, потому что ее нет.



И это и есть причина, почему мы здесь страдаем. Это не потому, что Бог нас не любит, тот о котором в школе мне рассказывали. Я утверждаю, что он нас любит. Я думаю, он любит нас больше, чем мы можем любить себя сами. Но, утверждает Мастер Васубандху, что поступки являются причиной множества миров. Именно наши собственные поступки являются причиной того, что мы видим вокруг, как этот мир существует. И вот этот Бог-Творец, как бы он нас ни

любил, — а он любит нас сильно, лично я в это верю, — он не в силах отменить наши собственные поступки. И поэтому говорят, в этой системе, что, когда мы станем очень чистыми, когда мы будем делать очень много хороших поступков, — мы встретим Бога. Это вообще-то, по большому счету, наша задача на этом пути. И когда мы ее встретим, она поможет нам достичь просветления в этой жизни. Благодаря нашим поступкам. Благодаря тому, что мы будем вести очень-очень чистый нравственный образ жизни. У нас есть раздаточный материал. Мы подумали, что было бы здорово вам такие карточки раздать на память. Это, кстати, первый вопрос домашки, отсюда можете списать. Оля, сможешь раздать? (*Обращается к Оле*).

✿ Какая причина создания мира?

Итого, мы с вами поговорили о том, какие не могут быть причины создания мира. Далее поговорили о том, что, утверждает Мастер Васубандху, может и является причиной создания мира.



И теперь я предлагаю сделать перерыв. 10 минут до 12:10. Спасибо вам. *Аплодисменты.*

После перерыва.

Ирина Джабали. Ура! Добро пожаловать на АСИ-5, урок два, часть два. Я надеюсь, Максим не сильно вас замучил этими всеми создателями (*Смеется*). Как вы, нормалёк ещё? Кто, может быть, хочет поделиться или какой-то инсайт из прошлой части, который пришёл, или, может быть, какую ключевую мысль вынесли? Коротко. Если хотите. Ну что-нибудь, может, запомнили что-то. А то сейчас Максим обратно пойдёт вам всё то же самое рассказывать (*Смеется*). Так что скажите что-то, это в ваших интересах. *Зал отвечает.* Я сейчас перескажу для онлайн. Если бы создатель мира был причиной, достаточно было бы удара ложкой по лбу (*Смеется*). Хорошо. И всё, и больше не надо было бы никогда ходить к дерматологам. Всё, вы все спасены. Хорошо. И с Максимом мы остановились на том, что поступки являются причиной множества миров. И это первая строка четвёртой главы Абхидхармакоша. Может быть, кто-то хочет прочитать, как это на тибетском, эта строка? Вон там, в принципе, написано (*Показывает карточку из раздаточного материала*). Кто-то хочет прочитать эту строку на тибетском? Давайте хором. Мы можем это сделать вместе. Le le jikten natsok kye. Теперь вторая строка Абхидхармакоши, главы 4. Звучит... Сейчас расскажу, как. И это будет мостик между главой 3 и между главой 4.

И в целом, здесь суть в том, что всё в мире происходит из кармы: наше здоровье, отношения, деньги, наш успех или отсутствие успеха, красивые вещи в нашей жизни, какой-нибудь красивый закат, романтический ужин возле заката, на фоне заката. Но также и не очень хорошие вещи: наши проблемы, болезни, необходимость ходить к дерматологу. Тот факт, что мы

так или иначе со временем теряем наш былой внешний, как нам казалось, такой красивый вид и превращаемся, как нам потом кажется, в не очень красивый вид. И даже тот факт, что мы живем в мире, где мы вынуждены умирать, – вот эта сама смерть, это тоже происходит из кармы. Давайте наконец-то разбираться, что же это такое карма. А то мы всё вокруг да около ходим, а вот только добрались наконец-то до кармы.

И вторая строка звучит так: *deni sempra*. Давайте вместе (*Зал повторяет хором*). Вы сказали вторую строку из Абхидхармакоши. И в целом, знаете, для меня вот это слово «карма», оно как бы обросло какими-то стереотипами, что ли. В целом много таких слов, особенно, когда это касается какой-то незнакомой для нас культуры: нирвана, карма, мантры. Как правило, мы слышим где-то в нашем окружении эти слова, но у нас не было какого-то образования на этот счет, то есть у нас не было шанса соприкоснуться с определением этих значений. Как это, свои признания насчет нирваны я вам вчера рассказывала. Когда там слово «мантры», я раньше слышала, мне казалось, что кто-то бубнит себе что-то там под нос, перебирает какие-то бусины, в общем, пустая трата времени. Ну, правда, я так думала, искренне. И с кармой, мне кажется, то же самое. В нашей культуре часто говорят «плохая карма». И всё, делай с этим что хочешь. Когда люди говорят «айфон», всем понятно: айфон – телефон.

Что такое карма, так сразу и не скажешь, и вот эта вот фраза, «да у него плохая карма». Я недавно размышляла, и мне показалось, что это какая-то попытка оправдаться за то, что я не хочу другому помогать. Как будто вот, у него что-то случилось, проблема какая-то, ну плохая у него карма, что поделаешь. Я пытаюсь это просто «замыютить» внутри своего ума, не обращать на это внимания. Или мы, например, говорим, «Не делай так, это плохая карма!». Но мы практически никогда не говорим: «Сделай это, это классная карма!» (*Поднимает большие пальцы вверх*). То есть вот эта карма, она как-то сразу как будто с каким-то негативным ярлыком вместе идёт. Давайте расклеивать эти ярлыки.

Что такое карма? Есть такое тибетское слово «sempra» – это и есть карма. Sempra, давайте вместе скажем. «Sem» на тибетском, может быть, кто-то знает, что такое «sem»? Не помните? Мне кажется, в АСИ-3 было. «Sem» – это ум. На санскрите – «citta». Перекликается со словом «читать» у нас. Но слово «sempra» – это немножко другое. И вот это sempra, оно значит «любое движение ума». И это и есть карма. То есть определение, что такое карма, это – любое движение ума. И кажется, что карма – это убийство насекомого, например, или ложь. Но самый опасный вид кармы – это как раз каждый раз, когда наш ум движется, и я сейчас объясню, почему.

Как думаете, сколько нужно времени, чтобы произошло вот это движение ума? Вячеслав думает, считает, похоже. *Зал высказывает предположения*. Верно, мгновение. Мы говорим 65 раз в мгновение картинка ментальная вылетает. Я могу щелкнуть пальцем, и вот за время этого щелчка 65 ментальных картинок происходят. По сути, можно сказать, что мы постоянно видим вокруг себя такое кино с частотой 65 кадров в секунду, – и это то, как карма работает. Каждый раз, когда ум движется, вы уже поняли, что в секунду это... (*Показывает руками большое расстояние*). Представьте, каждый раз в секунду 65 вот этих ментальных отпечатков происходят в нашем уме. Каждая мысль, которая у нас появляется, она оставляет в нашем же уме отпечаток.

Я недавно читала новость, я ее не проверяла, Максим всегда ругает меня за распространение непроверенных новостей (*Смеется*). Но мне показалось, что это правда. Это была статья о человеке, мне кажется, патологоанатоме, и вот он рассказывал о том, что он по тому, как выглядят кости у женщины, может понять, рожала она или нет. Статья была о том, насколько материнство отпечатывается в теле женщины след, что это даже влияет на форму, на

внешний вид костей, хотя, казалось бы, кости вроде бы такая твердая штука. И мне показалось это подходящей метафорой, что точно так же мысли оставляют след в нашем уме. Может быть, мы не можем это видеть так очевидно, но как бы, так и есть. То есть движение нашего ума – это и есть карма. И кто-то может сказать: «я остановила плохую карму, я не накричала на мужа!». Верно, в таком случае человек, – это супер! – человек в таком случае остановил такое очевидное проявление. Но что было в этот момент в уме? Там же были еще какие-то мысли, связанные с этой ситуацией. Значит ли это, что этот человек остановил плохую карму полностью? Несколько мгновений, даже буквально мгновений этого гнева. В терминологии Вячеслава: 5 секунд гнева умножить на 65 (*Смеется*). А теперь начнем по экспоненте, каждый день она будет удваиваться (*Показывает пальцем движение вверх*). Что мы получим через год? Страшно подумать.

Поэтому, когда вы правда для себя действительно в сердце понимаете эти вещи, вы захотите следить за своим умом, так или иначе захотите сделать так, чтобы вы могли иметь влияние на эти мысли, чтобы этот интересенький ум не напортачил там много нехороших, в том числе и мыслей. Когда мы это знаем, мы уже не можем себе позволить даже 5 минут этого гнева. И конечно это сложно просто взять, сесть и всё, – я ни на кого не разозлюсь. На мой взгляд, это невыполнимое обещание. Но, например, пообещать себе, что я целую минуту не буду злиться, – это выполнимо. И постепенно вы можете развивать эту мышцу, работая со своим умом. И эта минутка, эти семена, которые вы посеяли, тем, что вы пытались не сердиться хотя бы минутку, – через год они тоже во что-то очень хорошее вырастут. Поэтому мне очень нравится этот популярный подход сейчас, «искусство маленьких шагов». Ну не можем мы сейчас взять так, хоп-хлоп, – и изменились в идеальное, совершенное существо без любых ментальных омрачений.



2 типа кармы / поступков

1) движение ума

= ментальная карма

སེམས་པ།

sempa

Но маленькими шажками мы туда дойти можем. Для этого нам нужно только: понимание, что стоит делать, а что не стоит делать, немножко наблюдательности за своим умом, немножко понимания пустоты и мудрости, что мы тут и делаем. И через год мы сами себя не узнаем. Ладушки! Давайте теперь подетальней про карму. Это у нас было определение кармы, движение ума – *sempa*.



2 типа кармы / поступков

1) движение ума

= ментальная карма

སེམས་པ།

sempa



2) то, что оно мотивирует:

2.1) поступки речи

2.2) поступки тела

И у нас есть два типа кармы. Первая – это, собственно, ментальная, то есть вот это движение как раз в уму нашем. И второе – это то, что это движение мотивирует. И это поступки речи и поступки тела, то есть у нас появляется какая-то мысль в голове, и она порождает или то, что мы пошли и

наговорили кому-то чего-то, или поколотили кого-то, физически. В принципе, поколотить можно кого-то и речью тоже. И то, и другое есть карма, но начинается всё с мысли. Потому что не будете вы кого-то колотить, если вы до этого не подумали об этом.

Давайте проведем викторину, квиз. Владимир, могли бы вы пожалуйста помахать участникам рукой (*Показывает, машет рукой*)? Участник Владимир из зала машет рукой.

Ирина Джабали. Спасибо. Когда Владимир махал рукой, как вы считаете, какая это карма была? *Зал дает предположения.* Из этих (*Показывает на экран с презентацией*). Поступки тела, верно. Продолжим нашу викторину. Лена, скажи всем, как тебя зовут.

Участница Лена. Меня зовут Лена.

Ирина Джабали. Спасибо. *Аплодисменты.* Когда Лена говорила, что ее зовут Лена, это какой тип кармы? *Зал делает предположения.* Поступки речи, верно. Дарья, вас Дарья зовут, правильно? Подумайте о, например, своей маме. Дарья о чем-то подумала, – это какой тип кармы? *Зал делает предположения.* Ментальный, верно, супер. Без подарков, простая викторина была.

То есть, есть ментальная карма, есть физическая. Вы можете это легко запомнить – два вида. Вообще мне нравятся эти тибетцы, у них есть способность делить что-то на разновидности, мне кажется, бесконечно, на две, три, четыре, шестнадцать частей. И мы про другие разные формы кармы позже поговорим, но вот вы можете запомнить, есть два типа: ментальная и физическая. И почему мы это разбирали? Самое главное, что ментальная побуждает физическую.

Теперь разберем подетальнее пункт номер два – поступки речи и тела. Допустим, я говорю Максиму: «Максим, ты у меня такой замечательный муж». Вы можете это видеть, слышать, никаких проблем, – я что-то сказала. Или, например, я могу погладить по плечу (*Гладит по плечу переводчицу Ваню*). Вы тоже можете это видеть, это очевидный уровень. Вы можете видеть это движение, и в случае с моей речью, вы, очевидно, могли определить, что я сказала что-то приятное, что-то хорошее. И когда я Ваню гладила, я ее не толкала, как-то там, не штыркала, а вроде бы приятно. Ваня, тебе приятно было? Приятно гладила? (*Спрашивает у переводчицы Вани, та кивает и улыбается*). В общем, вы как зрители сделали вывод о том, что это был какой-то поступок тела, поступок речи, и, очевидно, он был хорошим.

И это сообщающий тип кармы, то есть он вам что-то сообщает. Какие могут быть еще примеры сообщающей кармы? Давайте примеры хорошей сообщающей кармы, ну парочку (*Зал дает предположения*). Хорошо, да, отдала кому-то денег. Хорошая сообщающая карма, еще что?

Зал. Подарила цветы.

Ирина Джабали. Подарила цветы, супер. Если не отравлены, значит хорошая карма (*Смеется*).

Зал. Помочь маме. Compliment кому-то сказать.

Ирина Джабали. Помочь маме. Compliment кому-то сказать, супер. Какие примеры плохой сообщающей кармы?

Зал. Опоздал на автобус.

Ирина Джабали. Опоздал на автобус... Не знаю, насколько это прям плохая карма, тут уже по вашим оценкам. *Зал дает предположения.* Толкнуть кого-то, намусорить в автобусе, например, соврать. Я думаю, тут все понятно.

Пример из чтений, который есть на платформе, если вы там регистрируетесь и читаете их, там, значит, пример из писаний, что монах складывает руки у груди (*Складывает руки у груди*), и произносит какие-то слова. И таким образом его физическая форма, то, что мы слышим, его



речь, – сообщает нам о том, что, вероятно, он делает что-то хорошее. Там пример как раз относится к церемонии принятия обетов. То есть мы обещаем перед кем-то не делать чего-то плохого, стараться делать только хорошее. Это я после такой церемонии в 2021 году пообещала перед своими учителями, что я буду стараться никого не убивать, не воровать, чужих мужей не уводить (*Указывает на слайд презентации на экране*). Ну, в общем, те 10 этических принципов, которые вы уже так или

иначе знаете, а если не знаете, мы еще поговорим о них, я пообещала не делать плохих поступков по ним и делать хорошие. Ну и вот в тот момент, когда происходила эта церемония, я тоже так была с руками (*Складывает руки на груди*), и это была сообщающая форма моих хороших намерений.

✿ 2 типа кармы / поступков

1) движение ума
= ментальная карма

མིམས་པ།
sempa

2) то, что оно мотивирует:

2.1) поступки речи
2.2) поступки тела

В формах:
- сообщающая
- НЕсообщающая (5 хар-к)

Сообщающий тип кармы. Вот она. Поступки речи и тела бывают в двух формах: сообщающая... И тут приходит школа Абхидхарма! Вот они, деталисты наши из таблички (*Показывает табличку из раздаточного материала*) и говорят: «А вообще-то есть еще не сообщающая форма кармы!». И вот что они об этом говорят. Если кратко, они говорят, что, когда вы сделали что-то хорошее, вот эта вот

хорошая карма, она вместе с вами, и она продолжает с вами существовать. Ее нельзя увидеть, нельзя услышать, но вы как будто в таком, не знаю, пиджаке с этой хорошей кармой. Например, тут я приняла обеты, и это мое намерение, эта карма хорошая от этого поступка, она остается со мной. Я уже ничего никому не обещаю, я уже пошла на улицу, села на автобус, уехала куда-то. Но вот эта хорошая карма поехала со мной на автобусе тоже (*Смеется*). И согласно школе Абхидхармы, это даже физическая, такая как физическая, аура. Говорят, пиджак такой из света, который создан нашими хорошими намерениями, и она остается с нами на всю жизнь.

И это хороший момент сказать о том, почему хорошая идея принимать обеты. Когда мы обещаем перед кем-то значимым для нас что-то делать, что-то не делать. Ну, например, не лгать: когда мы просто говорим, я буду стараться не лгать, – это уже хорошая карма. Каждый раз, когда мы не лжем, это супер-карма. Но когда мы еще перед этим пообещали кому-то значимому для нас не лгать, – это супер-классная карма. Супер-супер-супер-карма. Хорошее слово, мне нравится.

Поэтому классная идея принимать обеты. Нам и так надо следить за своим умом, нам и так хорошо бы вести шестизаровый дневник, потому что это помогает нам приучить себя следить за своим умом. Но супер-супер-супер-красавчик карма – это принять обеты и потом

тоже продолжать следовать своим обещаниям. Поэтому если вдруг кто-то из вас когда-то захочет их принять, мы можем провести эту церемонию, просто заранее нам об этом скажите, потому что там есть определенная подготовка для этого, отдельная встреча, что надо знать перед этим и так далее. Поэтому, если кто-то захочет, можете нам сегодня-завтра сказать, мы вам среди недели организуем такую образовательную встречу и на следующих выходных можем организовать саму церемонию. И с вами тоже будет этот... Домой уедет с вами на автобусе ваш пиджак хорошей кармы (*Смеется*).

Давайте теперь отвлечемся от обедов. Давайте подумаем, какие еще могут быть варианты этой несообщающей кармы, кроме обетов, например. Может быть, у кого-то есть уже какие-то идеи. *Зал молчит*. Ну, например, подброшу пару идей. Например, есть врач, даже не так, девушка, допустим, отдыхает на пляже – уехала в отпуск на море. Может быть, эта девушка – врач, может быть, дерматолог даже, может быть, какой-нибудь хирург, которая уже спасла тысячи жизней. Вот, Абхидхарма говорит, что те хорошие дела, которые вы совершили, например, эта девушка спасла кучу жизней, вот эта физическая невидимая аура, от спасения этих жизней она тоже поехала в отпуск на пляж с этой девушкой. Мы тут с Максимом десять занятий отчитаем, поедem домой – прихватим с собой нашу хорошую карму тоже. Это начало напоминать, знаете, эту игру «собери монетки», там чувачок бегаeт и собирает всякие сокровища, монетки.

❀ Несообщающая форма кармы

1

есть даже
когда не
думаю о ней



университете сделала, но не суть. Я сейчас уже о нем не думаю, но моя несообщающая форма кармы есть со мной даже сейчас, поэтому тут на картинке пицца (*Указывает на слайд презентации*). Когда приносят пиццу, сложно думать о чем-то, что не есть пицца, а хорошая карма остается.

Ладно, давайте рассмотрим несообщающую карму, у нее есть пять характеристик. Может быть, у вас больше появится знаний о ней, понимания того, что есть эта несообщающая карма. Например, я сделала хорошее дело, накормила сегодня, напоила кофе сегодня бездомного, я там с ним еще много другой кармы сегодня в этом

❀ Несообщающая форма кармы

1

есть даже
когда не
думаю о ней



2

есть даже
когда «ум
остановлен»



3

добро-
детельная
или нет



хорошие поступки, не знаю, что такое бы придумать... Кота забыли накормить, например,

Хорошая карма в такой форме также есть, даже когда ум остановлен. Здесь имеется в виду, что, когда мы пребываем даже в глубокой медитации, технически ум не останавливается в этот момент, он просто в очень глубокой медитации, но эта карма с нами есть. Третье. Она бывает или добродетельная, или нет, это может быть что-то или хорошее, или не очень, то есть даже когда мы делаем какие-то не очень

домашнего. У Вани просто коты есть (*Имеет в виду у переводчицы Вани*). Вот кот бедный голодный, – плохая карма моя вообще-то.

✿ Несообщающая форма кармы



Эта карма продолжается в постоянном потоке, она всегда со мной, следует за мной во времени и в пространстве. А поскольку наши поступки создают всё множество миров, что мы узнали из Абхидхармакоши, и поскольку нет других причин, почему нам быть счастливыми или не счастливыми, – очень важно вести нравственный образ жизни. И пятый пункт. Цитата

такая: «Она принимает великие элементы как свою причину». Простыми словами это можно сказать, что она есть физическая материя, тонкая физическая материя, которая содержит в себе четыре элемента, помните, мы о них на прошлом курсе говорили. Хорошо.

● Итого, что прошли

- ✓ Какая причина создания мира
- ✓ 2 типа кармы / поступков
- ✓ Характеристики несообщающей формы кармы

На этом мы подходим к концу нашего занятия. Сегодня мы поговорили о том, какая на самом деле причина создания мира, не эти три причины, которые Максим рассказывал, а та причина, которая первая строка в Абхидхармакоше в четвертой главе – наша карма. Ключевое, пожалуйста, запомните, карма – это любое движение ума. Я реально на этом моменте начинаю напрягаться чуть-чуть, потому что то, что иногда творится в моем уме, стыдно мне даже перед собой (*Смущенно смеется*).

Ментальная карма порождает наши речь и действия. Вот эта физическая, вторая часть, она может быть сообщающей, не сообщающей. И мы разобрали пять характеристик несообщающей формы кармы.

Представьте, что будет, если вы реально настолько совладаете со своим умом, что исключительно хорошие мысли будут вас посещать, исключительно волшебные вещи вы будете говорить другим и делать, будете создавать только самую безупречную, красивую, чудесную, великолепную карму, огромный, не знаю, может даже не пиджак уже, а пальто такое с хорошей кармой носить. Не может ваш мир быть потом каким-то плохим, ужасным, он тоже будет таким же классным. Потому что всё из нас происходит: когда у нас красиво внутри, снаружи обязано быть красиво. Ключ к этому – понимание кармы и пустоты.

Мы вам обещали Q&A. Надо обещания свои выполнять. У нас три минуты – лучше, чем ничего. Я второй раз уже не рассказываю про домашки, платформы и все остальное, хотя я хочу наконец-то рассказать, но давай, мы, Макс, обещали вопросы, приходи. Давайте хотя бы на один вопрос ответите. А есть вопросы? О, есть вопрос, супер!

Участница Лена из зала. У меня очень беспокойный ум, очень много проблем, задач, и как-то он все это пытается уследить. И даже вчера я пыталась прочитать вопрос, я его вижу, я предполагала, что он достаточно простой, но я его не могу понять. И, например, вчера я увидела

одну вопрос, я думаю, что это простой вопрос, но я все равно не могу ее понять. Как мне сдать этот курс? Как мне себя сейчас успокоить, организовать, собрать в руки? Ну, я не знаю, что мне с собой сделать, чтобы успокоиться и сдать реально этот курс вместе с вами быстро, спасибо.

Ирина Джабали. Спасибо за вопрос. Я, наверное, добавлю, что Лена, мне кажется, это вторая попытка этот сдать курс, да, твоя?

Участница Лена из зала. Нет, первая.

Ирина Джабали. Первая?

Участница Лена из зала. Третий я уже начала. И я пытаюсь, пытаюсь закончить четвертый курс, это тоже очень сложно.

Ирина Джабали. Я бы разделила это на две части. Одна часть это про беспокойный ум, на мой взгляд. Вторая часть это о том, как иметь такие семена, чтобы заканчивать курс. На мой взгляд, это два немножко разных набора семян. Я бы хотела ответить на вторую часть, потому что это отличная подводка к домашкам (*Смеется*). Ладно, на самом деле, это правда, что не всегда легко усваивать этот материал, и на мой взгляд, ты и делаешь то, что поможет тебе сдать этот курс. Если мы чего-то хотим, нам надо помочь это сделать другим, – и эта фраза дает сразу пространство того, что можно делать. Можно, конечно, пойти напрямую, найти себе какого-то партнера и вместе с ним пытаться проходить эти домашки. Для меня это классный метод, я так проходила свои курсы. Мне обычно на группах мудрости скучно, но если я с кем-то вдвоем, то мы так группируемся и классно, методично заканчиваем курс. И для меня даже проблема не в том была, чтобы закончить курс, а у меня даже не было... У меня были периоды, когда у меня не было этого вдохновения, и какой-то такой легкости, интереса к этому. Мне кажется, если ты придумаешь, как найти этот интерес, как его вернуть, если он у тебя раньше был, а раз ты тут сидишь, наверное, вряд ли тебе кто-то заставил сюда прийти. Ты понимаешь, что тебе это надо, что-то там есть. Поэтому ты можешь найти себе кого-то, с кем вместе проходить, это всегда классный вариант, также ты добавилась в чатик к волонтерам, вообще первой, по-моему, – ты уже делаешь что-то, чтобы тебе легче было с этими знаниями в целом. Фактически ты помогаешь нам сделать так, чтобы этот курс произошел, этим ты помогаешь другим пройти этот курс. Тебе остается только радоваться этому, правильно концептуализировать и посвящать, регулярная кофе-медитация, самое сложное, я знаю. Всё, мне там уже машут, хватит, хватит, хватит, всё, я передаю этот микрофон Оле. Спасибо большое, приятного аппетита вам после объявления Оли.

Ведущая, Ольга Фильянова. Большое спасибо Ира и Максим за прекрасное второе занятие.

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

Курс V Как работает карма

Стенограмма к занятию 3. Три вида кармы, четыре вида хорошей кармы. Преподаватели: Максим и Ирина Джабали

(Максим и Ирина Джабали выражают благодарность за подготовку этой стенограммы Бойко Елене, Махине Даше и др.)

Ирина Джабали. Хорошо, на каком курсе мы находимся? Занятие номер 3, ура! Давайте вспоминать, что было в прошлых сериях этого сериала. Мы в этот день собрались изучить, как сделать так, чтобы всё было по-нашему, правильно? *(смеется)* Чтобы все наши цели были осуществлены. Осуществлены, ну, да, правильно. Для этого нам надо использовать знания из авторитетного источника. Так что мы изучаем Абхидхарму по книге Абхидхармакоша. И ключ к тому, чтобы получить то, что мы хотим – это взять стопроцентную ответственность за то, какую карму мы создаём. Для этого хорошо бы понимать, что такое карма. И мы потихоньку начали сходить в этот пруд. Я надеюсь, что на прошлом занятии все запомнили, что карма – это что?

Зал. Любое движение ума.

Ирина Джабали. Ей. Да, любое движение ума. И ещё один важный пункт был в прошлом занятии. Какой? Как думаете? Онлайнеры могут писать, там у вас есть читатели, кто читает. Ну что такое, может, удивительное было?

Я веду к тому, что ментальная карма побуждает физическую. То есть мысли порождают поступки речи и поступки тела.



И на занятии номер три мы говорим о том, что, если мы хотим быстрее получать от жизни желаемое, нам следует использовать 10 принципов кармы. И об этом мы поговорим на сегодняшнем занятии. А также мы продолжим изучать альтернативные

виды или классификации видов кармы. На прошлом занятии мы делили на два типа, сейчас поделим на три.

Также мы поговорим о трёх корнях добродетели. И какие есть причины избегания плохих поступков. И если захотите, Максим ещё расскажет бонусом про, если не хватило, два и три вида кармы, о четырёх видах, но уже хорошей кармы *(улыбается)*.

Давайте теперь перейдём к домашнему занятию номер один. К вопросу домашнего задания. И этот вопрос о трёх видах кармы.

В этом занятии

- ✓ 3 вида кармы / поступков и их результаты
- ✓ 3 корня добродетели
- ✓ Причины избегания плохих поступков
- ✓ 10 этических принципов

❀ 3 вида кармы / поступков

Добродетель



НЕдобродетель



Нейтральная карма



Вот они. Добродетель. Там кто-то кому-то деньги даёт. Недобродетель. Тут мужчина в супермаркете запрятал себе что-то за пазуху. Помидор, Максим добавляет. И нейтральная карма. Давайте поговорим о определениях этого. Как думаете, что такое добродетель? Какие есть догадки, идеи, версии? Скорее, как определить это понятие? (ответы из зала) Есть версия, что зависит от мотивации.

Зал. Если я что-то делаю и мне хотелось бы такое же действие в отношении себя получить, возможно, это добродетель.

Ирина Джабали. Красиво сказано. Теперь я себя перевожу (обращается к переводчице и смеется). Если...Как ты говорила? (обращается к участнице из зала) Если я что-то делаю и хочу, чтобы по отношению ко мне было сделано то же самое, то это хорошее.

Определение из АСИ 5. Добродетель – это действие, что в ближайшей перспективе приносит вам кармический результат, который, кратко говоря, вам нравится. То есть приносит переживание удовольствия. А в конечном счете защищает вас от страданий, приводя вас, вообще-то нас, к нирване.

Добродетель



– действие, что в ближ. перспективе приносит вам кармический результат, что есть переживанием удовольствия,

и в конечном итоге защищает вас от страданий, **приводя вас к нирване**

Видите, в этом определении добродетели есть две части. Что-то хорошее к нам возвращается. Краткосрочно. Но этого недостаточно, чтобы это было добродетелью. Потому что, кроме этого, это ведет нас к нирване. Помним, что для Абхидхармы, мы находимся в школе Абхидхарма. Деталисты, Абхидхарма (показывает участникам лист, где написано, что это первая школа). Для них нирвана – это самое высокое, чего можно достигнуть. Тут все понятно, верно? Хорошо.

Интересно, что в целом у нас в культуре принято быть хорошими, добрыми людьми, делать хорошие дела. У нас есть даже законы – не воровать, не убивать, все такое. Но следовать законам, только потому что это закон, это недостаточная мотивация. Здесь я имею в виду, что, например, не сидеть в тюрьму, после того, что мы, например, нарушили закон, это не та мотивация, которую мы пытаемся выработать. Да, ну, например, человек может думать: я не буду это делать, потому что меня посадят в тюрьму (объясняет другими словами для переводчицы). Или, например, я сейчас буду что-то делать плохое, никто меня все равно не увидит. Вот этот средний парень, он такой сразу по сторонам поглядывает, что там, есть свидетели, нет? Так вот, такая мотивация тоже недостаточна.

Хорошая причина вести нравственный образ жизни – это то, Лен, как ты сказала, это понимание того, что все равно это вернется к тебе. Делаю хорошо – будет у меня хорошо, делаю плохо – будет у меня плохо. Это мы говорим про добродетель сейчас. Более того, если мы просто делаем хороший поступок, какую-то добродетель, это, конечно, приведет к хорошему

результату. Но часто этот результат, он как бы заканчивается. Это хорошее, от хороших дел оно быстро заканчивается. Как сделать так, чтобы не заканчивалось? Может, у вас версии какие-то есть? *(ответы из зала)* Да, продолжать делать. Я веду к тому, что, первое, посвящение. Посвящение, особенно когда мы посвящаем это какой-то великой цели. Например, я могу дать... Ты меня угостила сегодня вкусной конфетой, соленая карамель *(смотрит и обращается к переводчице)*. Ты не знаешь, чем ты меня угощала *(обращается к переводчице, смеются)*? Я могу тебе дать такую конфетку. Могу дать тебе эту конфетку и подумать: пусть у меня тоже будет всегда много конфет. Это был второй вариант, да? Первый вариант – просто дать конфетку. Второй вариант – пусть у меня будет много конфет. Если третий вариант? *(ответы из зала)* Пусть у всех будет много конфет. Если четвертый вариант?

Зал. Всегда *(смех)*.

Ирина Джабали. На самом деле, конфетка – это такой вымышленный быстрый пример. Но на самом деле, когда мы даже даем конфетку, я не уверена, что, когда у всех будет много конфет, все будут счастливы и достигнут сразу всех своих целей. Но в этом четвертом варианте мы можем думать, например, так. Пусть этим чем-то я принесу много удовольствия, много радости другому и пусть все будут счастливы. Если мы в этот момент еще думаем о пустоте себя, о пустоте субъекта, на который направлено наше даяние, и о пустоте самого акта этого даяния, и делаем еще и посвящение. Все. Супер-добродетель. Поэтому хочется сказать, что хорошая идея – не лениться делать посвящение. Хочется сказать, что хорошая идея – не забывать делать посвящение *(немного перефразирует для переводчицы)*.

Недобродетель теперь. Второй тип. Как думаете, что такое недобродетель?

Зал. Что б я не хотела, чтоб сделали по отношению ко мне.

Недобродетель



– действие, что приносит вам кармический результат,

что есть нежелательным, неприятным переживанием

Ирина Джабали. Мне нравится твои определения, Лен *(смех)*. Лена говорит: то, что не хочу, чтобы сделали по отношению ко мне.

Официальное определение такое. Недобродетель – это действие, которое приносит нам кармический результат, что есть неприятным.

Нагарджуна здесь говорит, как по мне, такой жесткий пример. Но когда я его услышала, мне он понравился, потому

что он... Наверное, нельзя об этом лучше сказать. Нельзя лучше сказать. Он очень хорошо это сказал *(повторяет для переводчицы)*. Что мы бы действовали иначе, если бы в тот момент, когда мы наступаем, например, на какого-то жука, у нас бы моментально ломались колени. За счет того, что у нас всегда есть этот временной промежуток между нашим действием и результатом, который мы получаем – мы не можем сопоставить причину и следствие. Я думаю, что поэтому мы делаем очень часто так много нехороших дел.

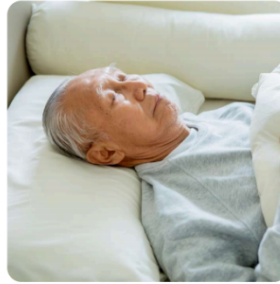
И третий вид кармы – нейтральная карма. Мне нравится, как тут определили. Это действие, что дает нам результат, отличающийся от двух ранее сказанных вариантов.

Мужчина себе лежит, спит, может быть, на диване. Вроде бы ничего полезного не делает. Но и определённо не кричит, например, на свою жену тут. То есть он с одной стороны и не

приближается к нирване. С другой стороны, мы вообще-то и не можем сказать, что у того мужчины в голове.

Мне нравится АСИ тем, что он меня научил не судить других людей. Конечно, мне нужно было хоть как-то визуально показать нейтральную карму. Поэтому я выбрала такую картинку. Но сложно понять, что на самом деле думает этот мужчина. Итак, давайте делать с вами больше добродетели. Меньше плохих дел. Меньше недобродетели. Чтобы наконец-то добраться к этой нирване.

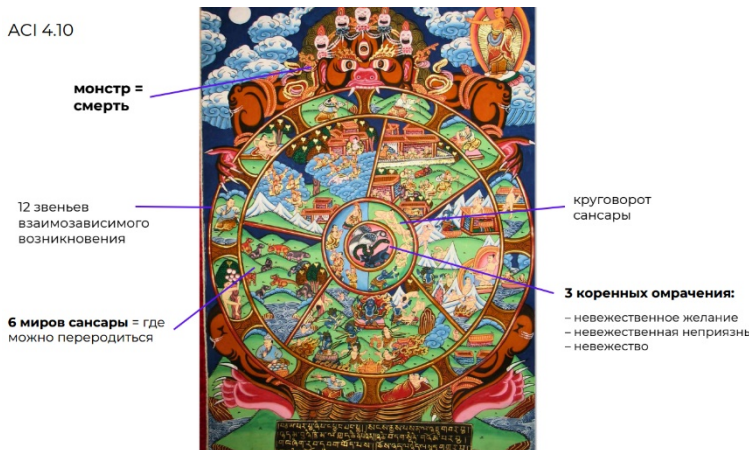
Нейтральная карма



– это действие, что дает вам результат,

отличающийся от 2 типов результатов выше

АСИ 4.10



И есть три коренные добродетельные ментальные функции. О них будет рассказывать Максим. Я здесь лишь хочу сделать отсылку к АСИ 4. Помните, мы разбирали с вами тогда этот плакат? Мы, кстати, его повесили там на двери, можно его рассмотреть. По традиции, в целом, это колесо жизни, его вешают на входах в монастырь. Мы решили тоже в нашем монастыре условно повесить (смех). У кого, кстати, после прошлого курса нет такого изображения, тоже

скажите, мы вам выдадим. И вот там, если помните, по центру есть три животных. И они как раз олицетворяют эти три коренных ментальных омрачения. Откуда у нас потом происходят все проблемы. А Максим, он расскажет об этом блинчике наоборот. В положительном ключе. Что мы хотим выработать, что мы хотим, чтобы у нас получилось (аплодисменты).

Максим Джабали. Кстати, еще про нейтральную карму. Как вам цвет этого пульта (*берёт в руки пульт и показывает залу*)? Он вам нравится, не нравится или нейтрально? Это пример нейтральной кармы. Как вам цвет этого пола (*дотрагивается до пола*)? Нормально. Эмоции не вызывает. Когда я сегодня утром проснулся, сонный, пошел в душ чистить зубы. Я не думал о благе всех живых существ. Просто просыпался, пытался открыть глаза. Я пошел, например, от кровати дошел до ванной комнаты. Какая это карма, хорошая, плохая, непонятно, нейтральная. Они говорят, мы очень много нейтральных семян создаем. Поэтому мы сейчас чуть позже будем проходить один из... Для меня это как чит-код какой-то, как в игре.

Переводчица Ваня. Чит-код, что это?

Максим Джабали. Чит-код? Когда я играл в игры в подростковом возрасте, там можно было, например, ввести код, и в игре у тебя появлялись безлимитные деньги. Это превратить максимальное количество нейтральной кармы, которую мы создаем, в добродетельную. Интересно? Мы об этом сегодня поговорим, на этом уроке.

А пока про три коренные добродетельные ментальные функции. И это вопрос номер два в наших домашних заданиях. Наша главная идея курса. Кто-то помнит? Я вас буду много раз сейчас спрашивать. Я вам предлагаю подучить это.

Зал. Чтобы осуществить свои мечты, нам нужно полагаться законы кармы.

Максим Джабали. Супер. Чтобы осуществить свои мечты, нужно полагаться на законы кармы. И главная идея урока сегодня, кто-то помнит? *(ответы из зала)* Супер. Это одна из идей, которую мы проходили на прошлом уроке, да? Сегодня мы говорим о том, что, если мы хотим быстрее получить от жизни желаемое, нам следует использовать десять принципов кармы.

Итак. Ира, у нас есть подарки какие-то? Вот это оно *(уточняет, что взял верный подарок)*? Итак, за подарок. Я такое тоже хочу *(смех)*. За подарок расскажите мне, что за три животных и какие ментальные омрачения они символизируют. По руке поднятой, пожалуйста. Пожалуйста, я вам дам микрофон *(отдаёт микрофон участнице из зала)*.

Зал. Я попробую. Значит, голубь, в некоторых голубь, в некоторых петух означает невежественное желание, кажется. Потом змея. Так, есть невежественное желание, просто невежество и еще что-то. Или омраченное желание, или что-то такое. Вот я помню, три вида невежественного желания.

Максим Джабали. Да, помощь зала. Невежественное желание, петух.

Зал. Свинья, это просто невежество само как есть. И еще змея.

Максим Джабали. Противоположность невежественному желанию.

Зал. Омрачённое желание. Ой, нет. Как-то... Кто-то помогите. А, что-то с ужасом, да? Или что-то ужасное, невежество.

Максим Джабали. Невежество ближе. Когда утром, например, начинается у нас в... Во сколько? Недавно они в семь начали. В семь утра у нас...

Зал. А, ой, пожалуйста *(отдаёт микрофон Максиму)*.

Максим Джабали. Слава, хочешь добавить? Добавляй. Дополнение только. *(ответ из зала)* Верно. Невежественное нежелание или гнев. Дарю вам чудесные благовония. Мои любимые вообще-то. Я не знал, чем их дарят. Надо было дома оставить, мне побольше, чтобы было *(отдаёт благовония участнице в зале, аплодисменты, смех)*. Да. Невежественное желание, невежественное нежелание или гнев мы его называем и невежество. Невежественное желание. Желание, как будет, люстик? Невежественное нежелание и невежество *(повторяет для переводчицы)*.

Это три вот этих корня всех наших проблем. Что имеется в виду здесь? Что такое невежественное желание? Если я хочу, к примеру, понюхать следующий подарок, который мы за правильны ответы будем раздавать *(берёт в руки подарок и смотрит на него)*. А это эфирное масло лаванды *(нюхает коробку с подарком)*. Пахнет, которое моими любимыми благовониями почему-то *(смех, достаёт из упаковки эфирное масло)*. Вы не против, кто выиграет этот подарок, я понюхаю? Ну ладно, не буду, красиво так запаковано *(подносит закрытый флакон и нюхает)*. Так пахнет. Это невежественное желание?

Ответы из зала

Максим Джабали. Так, наверное. Кто еще?

Ответы из зала

Максим Джабали. Нет. Еще какие версии есть? Не переключайте слайды, пожалуйста. Непонятно. А если я скажу: какие чудесные благовония, мои любимые *(подходит к участнице из зала и забирает у неё благовония, которые ей подарил ранее)*. Наверное, я их все-таки себе

оставлю (*смеется*). Я их, конечно, подарил вам. Но все-таки это мои любимые благовония. Еще и фирма моя любимая Goloka Sandalwood (*нюхает благовония, смех в зале*). Мне даже притворяться сильно не надо.

Это невежественное желание? Почему? Что делает одно желание невежественным, а другое нормальным (*отдаёт обратно благовония, которые подарил участнице из зала*)?

Ответы из зала

Максим Джабали. Близко, мне нравится. Может разочаровать другого человека. Оля, которая сказала, что она этот курс не проходила, говорит, я тоже хочу выигрывать.

Зал. Ещё не сдала. А невежественное желание – это когда мы считаем, что объект, который мы желаем, может удовлетворить вот это наше желание со своей собственной стороны.

Максим Джабали. Я повторю, что Оля сказала для онлайнеров. Оля говорит, что невежественное желание – это когда мы думаем, что объект, который мы хотим, он может удовлетворить наше желание со своей собственной стороны. Давай по-простому скажи. Пример приведи (*обращается к участнице из зала, которая дала этот ответ*).

Зал. Ну, не знаю. Я хочу кофе.

Максим Джабали. Хочет Оля кофе.

Зал. И я думаю, что это удовольствие. То приятное чувство, которое получу от кофе, оно происходит от кофе.

Максим Джабали. Приятное чувство происходит от кофе. Мне нравится, хороший пример (*берёт в руки подарок, отдаёт Оле, участнице из зала. Аплодисменты*). Отличный пример. Когда мы думаем, что мы можем что-то получить, что-то взять, и оно нам поможет, вне зависимости от того, сеяли мы хороший семена или нет. Мы сегодня с Ирой ездили на обед домой. И вот мы обедаем, я голодный был. И у меня начинается спазм в животе (*держится за живот*). Где-то, сколько? Минут? Почти час был спазм. Я вот думаю, ну вроде как еда должна не так действовать (*смеётся*). Она должна, наоборот, удовлетворять, насыщать. Мне, наоборот, больно было час. Невежественное желание – это когда мы думаем, что то, что мы хотим, даст нам то, что мы ожидаем, вне зависимости от семян, которые мы посеём. В худшем случае мы еще и что-то плохое можем сделать для того, чтобы получить то, что мы хотим. Да, ну, например. Может быть, мне в супермаркете понравится сникерс. Но я не захочу на него платить. Я возьму этот сникерс, положу в карман и тихо выйду из супермаркета (*кладет руку в карман и шагает на месте*). Я хочу какую-то вещь, и я готов даже сделать какие-то плохие вещи для того, чтобы ее получить. Это то, к чему может приводить невежественное желание.

3 корня добродетели: мент. функции

Не-желание

понимание отсутствия
самосущности вещей и,
следовательно,
отсутствие желания их

Не-ненависть

понимание отсутствия
самосущности вещей и,
следовательно,
отсутствие ненависти к ним

Не-невежество

обладание мудростью

Так вот, три корня добродетели – это не-желание, то есть отсутствие невежественного желания, можно сказать. Не-ненависть в том смысле, что это отсутствие невежественного нежелания. Видите, как много частиц «не». То есть это, наоборот, хорошее.

Переводчица Ваня. Отсутствие что?

Максим Джабали. Отсутствие

невежественного нежелания (*повторяет для переводчицы*). И третье – не-невежество.

Максим Джабали. Вы увидите в этой линии Гелугпа. Мы в линии передачи, которая называется Гелугпа. Линия Далай-лам. Там любят очень эти одинарные, двойные, тройные отрицания. И есть на самом деле причина почему они любят эти формулировки, почему их пишут авторы. Мы будем это изучать в тринадцатом курсе более подробно. Это связано. Мы будем изучать, как технически работают наши семена, наш ум. Ну например, говорят, что для того, чтобы я увидел ноутбук, вот он передо мной стоит (*дотрагивается до ноутбука на столе*). Мой ум очень быстро перебирает все существующие объекты, которые не являются ноутбуком. То, что противоположно всем этим объектам – это ноутбук. То есть как бы для того, чтобы мне что-то увидеть – я сначала исключаю все остальные возможности. Так что, поэтому мы изучаем отрицание. Это связано с тем, как работает наш ум. И вы в этом станете гораздо лучше разбираться со временем.

Так вот, три корня добродетели. Первое – это вот это понимание отсутствия самосуществующей природы вещей и, следовательно, отсутствия желания их. Плохо ли чего-то хотеть вообще? Плохо ли хотеть денег, например? Неплохо. Но тут написано, что мы не должны желать вещи. Плохо ли хотеть счастливых отношений? Нет, но вы уже сомневались (*смех*). Плохо ли хотеть, чтобы такая чудесная жена была у меня, как Ира?

Эти три вещи в разных культурах понимаются очень сильно неправильно. Поэтому есть эти медитации, где мы пытаемся остановить свои желания. И это ошибка, это неправильное понимание этих вещей. Я вам приведу классический пример, который используется для дебатов на эту тему (*стучит ладонью о ладонь, как в дебатах*). Хочет ли Будда быть в своем раю? Как вы думаете? Он там находится. Хочет ли он там быть? Хочет, да. Никаких проблем у него нету. Хочет ли Будды, ангелы, чтобы в этом мире были страдания и проблемы, чтобы люди старели и умирали? Не хотят конечно. Они никому не желают зла. В этом и кроется вся суть здесь. Суть, весь смысл (*перифразирует для переводчицы*). Это неплохо чего-то хотеть. Но плохо думать, что мы получаем эти вещи, вне зависимости от того, как мы относились к другим людям в прошлом. Плохо думать, что, если Ира хочет со своими подружками, Людой и Инной, пойти погулять. А я, например, по ней соскучился, хочу, чтобы она дома осталась. Плохо забрать у нее ключи (*показывает счёт на пальцах, показав большой палец*). Поругаться с ней, чтобы она осталась дома (*показывает уже два пальца*). Манипулировать ей, угрожать, я не знаю, что если ты пойдешь, тогда, я не знаю, я умру или мне плохо будет (*три пальца показывает*). Потому что это не является причиной, почему Ира со мной будет. Я привожу такой, может быть, смешной пример, но вы знаете, что существуют абьюзивные отношения. Где один из партнеров или оба делают гораздо более плохие вещи, чем я перечислил.

Поэтому корень, три корня добродетели, это когда мы хотим какие-то вещи, я хочу, чтобы Ира была со мной, потому что я ее люблю, конечно же. И для того, чтобы это произошло, я буду помогать, я буду уважать отношения других людей, не буду смотреть на каких-то девушек, которые проходят, в декольте им заглядывать. Буду стараться соединять людей (*соединяет указательные пальцы*), те, которые, может, в ссоре. Это и есть причиной, почему Ира будет со мной вместе. Не потому, что я ее дома закрою на ключ.

Соответственно, второе, не-ненависть, которая у нас называется. Мы с Ирой за последний год, я не знаю, где бы мы ни жили, у нас везде идет стройка и ремонт. И вот вы будете смеяться, но у нас в Вене соседний дом начали ремонтировать фасад. Весь фасад затянули строительными лесами, пленкой. Эти ребята, они иногда в 7, иногда последнее – это 7:30 утра. Позже 7:30 они обычно не начинают. Начинают дрелью сверлить прямо в окно мне. А мы с Ирой думаем:

ужасно. И я говорю: Ира, вот как раз наши учителя Питер и Мария Мёртл три месяца в Хорватии проводят ретрит, поехали в Хорватию. Зимой: февраль, март, апрель, никого нету там. Да, мы едем в эту Хорватию. Первая неделя все супер, тишина, можно с открытыми окнами спать. И мы жили в деревне на острове Корчула. И эта деревня, она на склоне этом находится (*показывает склон руками*), на каменном склоне. И в один день мы просыпаемся от того, что начинается землетрясение. Я выхожу посмотреть, что происходит. И оказывается, приехала такая машина, экскаватор, у которой такой металлический наконечник, то есть у нее как ковш, только наконечник. Я его назвал долбатор (*смех*). То есть он берет этим наконечником, это как перфоратор работает, то есть он начинает долбить эту скалу, чтобы участок выровнять. Перед строительством дома надо выровнять участок. Я медитирую утром, каждое утро. Я медитирую в берушах. Но когда земля трясется, дом трясется, от этого нельзя беруши, тебе не помогут. Три недели этот парень, долбатор, выравнивал участок. И вот он заканчивает. Я помню, мы с Ирой отмечали, радовались, что всё, тишина будет. Проходит одна неделя. Тот был участок чуть-чуть подальше. И он прямо перед нашим домом переезжает и начинает долбить следующий участок (*смех*). Но не две недели, а месяц он в этот раз долбил. Мы ездили в Дубай недавно на две с половиной недели. Напротив нашего дома просто массивная стройка. Тоже мне беруши даже не помогали. Просто там такой шум стоит, невозможно. Вернулись в Вену. И в 7 утра эти ребята, давай долбить фасад (*смех*). Два дня назад он бензопилой ещё начал что-то резать, это что-то новое было (*смеется*).

Когда я хочу, чтобы эти люди, я не знаю, у них страховочный трос разорвался, который долбит, или еще что-то произошло. Когда я расстроен, не выспался, и думаю, может он упадет с этого здания, перестанет вместе с этой болгаркой или бензопилой. Это невежественное нежелание. Я не думаю о том, что я видимо доставал людей очень сильно в прошлом (*смеется*), говорил вещи какие-то грубые, это грубая речь может так проявляться. Я просто хочу, чтобы что-то, что мне не нравится, закончилось. И это приводит людей к очень плохим действиям и поступкам. Люди делают очень глупые вещи с такой мотивацией. Убийство, насилие, наркотики и многие другие вещи, они происходят от вот этого невежественного нежелания: я очень сильно чего-то не хочу. Но я не думаю о том, как перестать это делать для других. Я просто хочу, чтобы это со своей стороны закончилось. И это ловушка, треп. Это постоянно...



Почему вот эти три у нас в центре всего этого колеса жизни? Вот здесь три этих животных, потому что они корень всей сансары.

Если я хочу, чтобы закончился ремонт в каждом месте, где я нахожусь. Мне нужно говорить мягко с другими людьми. Мне нужно вести себя тихо. Не так, как я обычно, когда выхожу из комнаты, пока Ира спит, я думаю, даже соседи просыпаются, как я врежусь

обязательно во что-то или еще что-то (*смех*). Не-невежество – это обладание мудростью. Помнить, откуда происходят вещи. Мир происходит из меня, помнить об этом.

Итак, есть еще четыре вида хороших кармических поступков. Я не знаю, это не в нашем домашнем задании. Проходить или пропустим? (*зал отвечает*) Хорошо, коротко пойдем. Первая называется нирвана. Нирвана, они здесь говорят, что это высший хороший поступок. Но

по факту эта карма только по названию. Это на самом деле не является такой хорошей кармой, которую мы можем сделать. Что ты делаешь? Я сегодня нирвану делаю. Нет, так нельзя сделать (*смеется*). Поэтому она номинальная, только по названию карма, нирвана считается.

Второй пункт называется хорошее действие по своей сущности. Слав, можешь выйти и зайти, а то сбился слайд (*обращается к технической команде*). Хорошее дело по своей сущности – это то, что мы прошли. Вот эти первые три. Невежественное нежелание. Не-нежелание, не-ненависть и не-неправильное мировоззрение. Здесь еще есть два. По-моему, это у вас вот этих двух. А, есть они у вас в домашке. Мы их будем. Ты хочешь рассказать (*обращается к кому-то в зале*)? Хочешь, давай я расскажу коротко. В общем, они называются стыд и предупредительность. Помимо этих трех, еще есть два: стыда и предупредительности. Хорошее действие по своей сущности, оно состоит из пяти. Вот там, видите, написано пять видов. Первые три мы прошли, которые коренные добродетели. И еще два. Будете их часто очень встречать. Стыд и предупредительность они называют.

Первое называется NGOTSA. Я постараюсь найти. Слав, а можешь нажать escape, а потом заново развернуть (*обращается к технической команде*)? Первое называется NGOTSA. Вы будете еще неоднократно это слышать. Стыд перед собой называется. В общем, что здесь имеется в виду? Это когда, например, меня никто не видит. Ну, к примеру, я один дома нахожусь. Никто ведь не узнает: я медитировал утром или нет. И вот этот стыд перед собой, NGOTSA, имеется в виду, что вот у меня совесть есть, и я сажусь медитировать. Потому что я решил, что буду это делать, для блага живых существ.

А второе называется стыд перед другими или предупредительность еще называют. Ну, например, если я какое-то время, когда я начинал свою практику медитации, я писал отчеты своему наставнику Питеру Мёртлу. Писал отчеты, вот столько-то дней медитировал.

Потому что есть такая практика, что ты получаешь медитацию, ты её делаешь какое-то время. Например, 3 месяца я буду делать эту медитацию Кедрупа Чже. И я взял обязательство на год делать медитацию, Слава её сейчас делает, Ганден Хлагьяма Чже Цонгкапы. Мы её будем проходить. Люда, на каком курсе? На 12? 15? Ганден Хлагьяму. Не помнишь? В последних пяти курсах. И вот я написала отчеты Питеру Мёртлу отчёты, что я делала эту медитацию. Так вот, помедитировать, потому что я знаю, что мне писать отчет Питеру Мёртлу, мне будет перед ним стыдно, что я обещал делать, а не сделал. Это будет второе, TRELYU, предупредительность. Разобрались с этим?

И третье, и четвертое. Тоже похожие. Третье – это добродетельное или недобродетельное дело по ассоциации. Ну, к примеру, мы сегодня с Ирой ездили домой, ехали обратно, видели машину скорой помощи. Вы их видите тоже очень часто здесь. И вот когда этот водитель, он едет на машине, потому что они кого-то, например, он на вызов едет, кто-то их вызвал. Кто-то позвонил в 911, сказал: умирает человек, надо спасать. То есть он едет его спасать, это хорошее дело. Так вот, каждое дело, которое он совершает по мере поездки, ну, например, он посмотрел в окно на светофоре, даже если он стоял, например, стоял на светофоре, не знаю, задумался, что

4 вида ХОРОШЕЙ кармы

1/ Нирвана (только номинально)

2/ хорошее
действие по своей
сущности (5 видов)

3/ добродетельность
по ассоциации (за компанию)

4/ конкретно вербальные и
физ. действия из мотивации

Не-желание
Не-ненависть
Не-невежество
Стыд перед собой
Стыд перед другими

он там на завтрак будет есть завтра. Которое было бы в остальных случаях нейтральная карма. Из-за того, что общее дело, которое он делает: он едет кого-то спасать, – по ассоциации, вот эти другие дела, они тоже становятся хорошей кармой. А ты чё киваешь, Лен? Вспомнила пример какой-то?

Зал. Что-то говорит в ответ на вопрос Максима (смеются).

Максим Джабали. И четвертое – это вербальные физические дела из мотивации. Оно похоже на вот этот третий с ассоциацией. Но здесь имеется в виду, какая у нас мотивация? В целом, что мы делаем? Ну, к примеру, я готовлю, я сегодня, к примеру, утром готовил нам еду на обед. Из-за того, что у меня мотивация была приготовить нам с Ирой, и особенно я думал об Ире, блюда, которые ей нравятся. Даже действия, когда я, например, мыл нож, оно тоже будет добродетельным, потому что моя общая мотивация была добродетельна в этом действии.

Поэтому третье и четвертое – они похожи по ассоциации и по мотивации. Помните, я вам говорил, как делать больше хороших дел, меньше нейтральной кармы? Через один курс, курс номер семь, мы будем проходить, он называется кодекс бодхисаттвы. Бодхисаттва – это такой человек, который хочет всем живым существам помочь. И мы будем проходить этот кодекс его поведения, какими принципами он руководствуется. Галерка, сколько там этих принципов бодхисаттвы? В Glückbooke сколько? 64 классические, но по факту мы заполняем сколько? Больше ста принципов. Я тоже думаю в районе того. В районе ста принципов. Уже дебаты начались. В общем, есть такая церемония, о которой Ира говорила, принятие вот этого кодекса, или они называются обеты. Поведение, как бы, что я буду делать, я обещаю. Так вот, если у меня есть эта мотивация, в течение дня я ее поддерживаю, тогда все действия, которые я делаю, они будут добродетельными. Даже в туалет я иду мыть руки. Думаю: пусть это каким-то образом поможет всем живым существам. Я не заражусь коронавирусом, не умру раньше времени (смеется). С Владимиром буду здороваться или прощаться, и его не заражу тоже. Мою руки. Пусть это поможет всем живым существам. Это третье и четвертое.



Причины избегания плохих поступков



Стыд перед собой

ངཙམ།
ngotsa



Стыд перед другими

ཐྲེལུ།
trelu



Причина избегания плохих поступков, который у нас какой вопрос? Номер три. Стыд и предупредительность, номер три. Кстати, вас там спросят, дайте тибетские слова и объясните разницу между ними. Вот напишите NGOTSA и TRELYU. Ну и принципиальная разница, это для себя или для других. Почему ты что-то там не делаешь плохое действие: из-за совести перед собой или перед другими?

Классический пример, например вот этой предупредительности или стыда перед другими. Это когда я стою на светофоре. Я люблю переходить светофор на красный свет (поднимает правую руку). Исповедуюсь перед вами.

Переводчица Ваня. Я тоже (тоже поднимает руку, смех).

Максим Джабали. Нам с Ваней отпускаете (смех). И вот я вижу, что со мной ребенок рядом стоит, маленький. И мама ему объясняет: не переходи дорогу на красный, тебя собьет машина. Если бы этого ребенка не было, я бы точно перешел дорогу на красный свет, я себя знаю. Но из-за того, что там стоит ребенок с его мамой, мне перед ними, ну, стыдно. И поэтому

я стою, буду ждать, пока загорится этот зеленый, скучный и никому не нужный свет. Это будет второе, да? Стыд перед другими. Ира мне помогает, она мне не разрешает на красный переходить. Это ваш вопрос домашки номер 3. Аня, у тебя был вопрос (*обращается и указывает на участницу в зале*).

Зал. К примеру, номер 3 вы сказали, что, если скорая едет на вызов и, если он подумает, на светофоре задумается, и будет там о завтраке думать. Что это всё равно будет хорошая карма. Почему это хорошая карма, если он должен думать о том, как спасти человека, он отвлекается на какие-то посторонние, ненужные вещи? Мне кажется, что наоборот, как плохая карма идёт.

Максим Джабали. Супер, хороший вопрос, Ань. Я его повторю, потом переведешь (*обращается к переводчице*). Аня спрашивает: почему в моем примере про скорую, где этот водитель ехал на вызов, на светофоре стоял, о чем-то думал, о завтраке. Почему это будет хорошей кармой, если он в этот момент не думал конкретно про этого человека, которого он едет спасать?

В этом, Аня, и вся суть. Все дело именно в этом. Из-за того, что общее дело, которое он делает, добродетельное. Ну, к примеру (*подтягивает стул себе и переводчице и садится на него*). Вот я здесь буду сидеть и выполнять вот эти действия (*делает руками движение, словно он крутит руль автомобиля, правой ногой будто нажимает на педаль в авто*). Хорошее ли это действие? Ну, вы просто подумайте. Ты сидишь за рулём машины, ты нажимаешь педали, крутишь руль. Что тут хорошего? Но из-за того, что этот парень едет спасать жизнь, а не просто, я не знаю, прогуливается, – это становится хорошим делом. По ассоциации. Да, то есть все дело, которое он делает, хорошее, и поэтому нейтральная, казалось бы, карма, нажимать педали и крутить руль, тоже становится хорошей кармой. Спасибо, классный вопрос.

Итак, у нас 10 минут перерыва. А конкретно, с до 16:55 у нас осталось один вопрос про 10 добродетелей, 10 не добродетелей. Затем, если у вас есть вопросы, мы на них сегодня ответим. И после этого разойдемся по домам. Всем хорошего перерыва. Спасибо, Ваня, за перевод (*аплодисменты*).

Ирина Джабали. Хорошо. Бог мой, ладно (*смотрит на экран*). На радость моему чудесному мужу. Основная идея этого курса. Чтобы осуществить свои мечты, нам нужно полагаться на Максима (*смех*). Шучу. На законы кармы. Ключевая идея урока. Если мы хотим быстрее получить от жизни желаемое, нам следует использовать 10 принципов кармы. Что за 10, можете спросить вы. Вообще, что никто не спрашивает? Весь урок про это говорим, а никаких десяти не прошли. Давайте пойдём к этому. Но перед этим давайте вот на какой вопрос ответим.

Это вопрос домашнего задания номер 4. Вопрос звучит так. Дайте сокращенный список 10 правильных и неправильных поступков. И сгруппируйте их по трём вратам, воротам. Что за трое врат? За ароматическое масло с чем-то, не знаю с чем (*подходит к пакету с подарками, кладет в него руку не глядя и достаёт какое-то ароматическое масло*). Что за трое врат?

Зал (Максим Джабали). Чингисхан ворота (все смеются).

Ирина Джабали. Галия первая, мне кажется, руку подняла.

Зал. Что-то отвечает, не слышно.

Ирина Джабали. Мысли, слова и действия (*повторяет то, что сказали в зале*). Верно. Три двери выражения, по-другому говорят. Выражение, expression (*повторяет для*

● 3 двери выражения (трое врат)



мысли



речь



тело

переводчицы). Или трое врат говорят. Мысли, речь и тело (*отдаёт подарок участнице в зале, аплодисменты*). Теперь поехали по десяти принципам. Задача в этом вопросе разложить поступки на правильные, неправильные и погруппировать по вот этим трём вратам: тело, речь и ум. Те, кто ходят на карма-точку, уже так оттренированы (*смеется*). Но у нас есть новенькие, в том числе в онлайне. Дадим возможность лучшим выпускникам

карма-точки посеять семян для того, чтобы легко заходили знания АСИ. Кто хочет рассказать, что относится к телу, в плюсе и в минусе. Да не стесняйтесь. Максим, не ты (*смех*). Тело, 10 этических принципов (*отдаёт микрофон участнице в зале*).

Зал. Ну, первый принцип отрицательный – это убить, ну, навредить кому-то. Убийство, да, это самое тяжелое, скажем так. И положительное – это сохранить кому-то жизнь. Второй принцип – это, ну, скажем так, возжелать жены ближнего, то есть это с Библией, так скажем так, которые пересекаются в данном случае. То есть...А?

Ирина Джабали. А мужа можно возжелать?

Зал. Ну, либо мужа (*смеется*), это плохое. И правильное – это уважать чужие отношения, то есть первое, плохое – это не уважать чужие отношения, то есть навредить кому-то таким образом. И положительное – это уважать чужие отношения. Возможно, это третье. Но не важно. И следующий – это значит воровство. Это отрицательное. Положительное – это щедрость, помогать. Уважение, да, чужой собственности (*аплодисменты*). Спасибо.

АСИ 1.6

● 10 этических принципов

ТЕЛО		
	(от чего воздержаться)	
	[1] Убийство	[1] Сохранение жизни
	[2] Воровство	[2] Уважение чужой собственности
	[3] Неправ. секс. поведение	[3] Уважение отношений др. людей

Ирина Джабали. Добро пожаловать будущим преподавателям АСИ (*берёт пакет с подарками*). За смелые ответы, право выбора любого подарка, рандомно, не глядя (*идёт с пакетом с подарками к участнице из зала*). Что нащупал, то моё (*смеется*).

Зал. Да, спасибо. Надеюсь, не твой любимый (*говорит участница, которая только что дала правильный ответ обращаясь к Максиму Джабали*).

Максим Джабали. Любимый (*смех в зале*).

Ирина Джабали. Хорошо, давайте. Всё верно. Супер. Спасибо. Отличный ответ. Я думала, чтобы я могла вам ещё интересенького рассказать, новенького про эти десять этических принципов. В целом мы помним, что на самом деле у нас кучу всяких ментальных омрачений. Очень много, сколько там, 84 тысячи, по-моему, да? Правильно, Макс, 84 тысячи? И вот эти 10, которые тут будут – это топ из 10. Топ из этих всех, топ 10. Почему топ 10? Это то, что у нас постоянно в уме. То есть это то, на чём мы чаще всего спотыкаемся. То, на чём мы чаще всего спотыкаемся, ошибаемся. Поэтому если мы вот эти 10 искореним в нас, это уже очень-очень-очень большая победа. Относительно убийства. Здесь имеется в виду убийство

живых существ. Например, растения не считаются живым существом. Здесь имеется в виду человек, человеческий эмбрион. Сюда же относятся самоубийства.

И насколько вы помните тему концентрических кругов? Слышали, не слышали (*поднимает руку*)? Что, если кратко, что мы не делаем убийства там каждый день другого человека. Мы обычно находимся, как бы относительно этого события как-то по концентрическим кругам. Где-то чуть-чуть дальше, чуть-чуть ближе. Поэтому, например, сюда же к убийству, хоть в ярко выраженном в прямом смысле имеется в виду убийство человека. То по концентрическим кругам, мы здесь также можем считать, например, нанесение вреда здоровью. То есть здорово, когда мы воздерживаем себя не только от убийства, но и, например, бережем здоровье других, не приносим вред здоровью других. По поводу воровства. Кратко это звучит так: брать то, что вам не дано. И, по-моему, еще что стоит, вот не помню, сколько, больше, чем пол евро или что-то такое, ладно, не буду вспоминать. В общем, лучше ничего не воровать (*смеется*). К третьему, к неправильному сексуальному поведению, кроме этой фразы: возлечь с чужим мужем или женой. В принципе, здесь также любое проявление может быть... Воздержание от любого не проявления, чего-то такого сексуально нечистого. Ну, например, что-то насильственное, если кому-то это причиняет, что-то нехорошее. Или, например, секс с малолетними. Это то, что касается тела.

То есть в этой домашке у вас просто вопрос распределить эти пункты по вот этим: тело, речь и ум. Без особых там деталей. Ладушки. Кто хочет рассказать второй блок? Так, ну давайте начнем с тех, у кого не было подарков (*отдаёт микрофон участнице из зала*).

Зал. Первая про речь – это ложь. И говорить ложь, правду. Потом пустые разговоры и важные. А...

Ирина Джабали. Ситуация накаляется.

Зал. Потом соединительной речью и разъединяющей. Ну, когда, не знаю. А, да. И еще (смеется) мягкая речь или грубая (аплодисменты. Ирина Джабали подходит к участнице с пакетом с подарками, чтобы она рандомно выбрала подарок).

РЕЧЬ	[4] Ложь	[4] Правдивая речь	Ирина Джабали. Это чай. Спасибо. Что добавить могу по этим пунктам? Интересно, какое определение у лжи? Может, кстати, кто-то знает, какое определение? Давайте без подарка (<i>смех</i>).
	[5] Разделяющая речь	[5] Соединяющая речь	
	[6] Грубая речь	[6] Мягкая речь	
	[7] Бесплезная речь	[7] Содержательная речь	

Зал. Это какое намерение этой лжи. Мотивация. (плохо слышно)

Ирина Джабали. Есть ответ про мотивацию. Ну, про мотивацию можно всегда сказать, но какое само определение? Что такое ложь? Ложь это?

Зал. Искажение. Когда то, что я скажу, у меня в голове есть картинка. И. если то, что услышал другой человек, у него в голове такая же картинка – это правда. А если другая – то это уже тогда не правда.

Ирина Джабали. Спасибо (*аплодисменты*). Я повторю для записи. Это когда мы даем искажение той ментальной картинке, которая у нас была в нашей голове, и у другого человека появляется другая ментальная картинка, отличающаяся от нашей. Верно. Создавать неправильное впечатление, если кратко. Хорошо. И у нас осталось несколько пунктов по мыслям. Кто хочет рассказать пункты о мыслях (*смотрит на участников в зале*)? Так, ну,

давайте, кто из вас хочет больше? Каждый посеял семена передать возможность другому (смеется). Ну поделитесь подарком (смеется).

Зал. Первое — это радоваться успехам других. Это в плюсе. В минусе это зависть. Второе — это злорадство в минусе. В плюсе это сострадание.

Ирина Джабали. Давай микрофон передадим. Боже, вы даже вопрос поделили (обращается к участнице, которая только что давала ответ, радуется).

Зал. Последнее — это понимание причины и следствия. Невежество либо мудрость (аплодисменты).

Ирина Джабали. К кому нести пакет (смеется и идет с пакетом с подарками в зал)? Красиво. Максим, это твой любимый (смех)?

Максим Джабали. Да (смех).

АСИ 1.6

10 этических принципов

	 (от чего воздержаться)	
ТЕЛО	[1] Убийство [2] Воровство [3] Неправ. секс. поведение	[1] Сохранение жизни [2] Уважение чужой собственности [3] Уважение отношений др. людей
РЕЧЬ	[4] Ложь [5] Разделяющая речь [6] Грубая речь [7] Бесполезная речь	[4] Правдивая речь [5] Соединяющая речь [6] Мягкая речь [7] Содержательная речь
УМ	[8] Зависть [9] Злорадство [10] Неправ. мировоззрение	[8] Радость успехам других [9] Сочувствие неудачам других [10] Правильное мировоззрение

Ирина Джабали. Ладно. Да, я подытожу. Значит, к третьему блоку относится зависть. Это то, что не надо делать. Или, наоборот, давайте вместо зависти радоваться успехам других. Вместо мысли: «Блин, ну опять она это получила! Вообще не заслуживает этого!» Давайте постараемся найти в нашем сердце немножко места, чтобы порадоваться. Потому что это противная коза она тоже из нас происходит. Противная коза.

Переводчица Ваня. А, противная коза (смеются). Вау.

Ирина Джабали. Говорят так в Болгарии (обращается к переводчице)? Нет?

Переводчица Ваня. Да. Да.

Ирина Джабали. И ее успех, к удивлению, тоже происходит из нас. И вообще-то, если ее успех — это мои семена, то это мои семена, моя карма. Мой третий цветочек. Это значит, что успех уже близится ко мне, просто еще не дошел, пока на ней. Так что да, давайте научимся радоваться чужим успехам. Ну, потому что не такие они уже и чужие. Вместо злорадства, давайте разовьем такое сердце, которое умеет сочувствовать другим. Потому что снова-таки, чужие проблемы, они не такие уже и чужие. И давайте вместо неправильного мировоззрения, заменим его на правильное. На мудрость. Мне нравится представлять, каким будет мир, если у меня мои мысли будут только в этом зеленом блоке. Я искренне убеждена, что однажды так и будет. И тогда окружающий мир я тоже буду видеть очень приятным, восхитительным и красивым.

Сегодня мы прошли три вида кармы. Добродетель, не добродетель, нейтральные поступки. Три корня добродетели. Стыд и предубедительность. Предубедительность, стыд перед другими. Стыд перед собой, стыд перед другими. И десять принципов, которые нам стоит научиться следовать в нашей жизни.

И у нас много времени на вопросы. Десять минут? Может, до шести? Нет? Извините. У нас десять минут на вопросы, это больше, чем три в прошлый раз. Какие есть вопросы?

● Итого, что прошли

- ✓ 3 вида кармы / поступков и их результаты
- ✓ 3 корня добродетели
- ✓ Причины избегания плохих поступков
- ✓ 10 этических принципов

Максим Джабали. Вот какие вопросы можно задавать. Первое. Не спрашивать, за кого мы голосовали (*смех*). Можно задавать личные вопросы. По курсам АСИ. Или что-то, что вас реально волнует. Я вам дам микрофон. И онлайн мы тоже послушаем. Слав, даю тебе микрофон (*идёт в зал, отдаёт микрофон*).

Зал. Меня волнует один вопрос. Учителя говорят, что у сознания не было начала и нет конца. Какие семена предшествовали появлению такого сознания?

Максим Джабали. Отличный вопрос, Слава. Во-первых, я тебе рекомендую переслушать ту часть лекции, которая сегодня была про причины причин, следствия следствий. И не стесняйся ее послушать несколько раз. Я слушал и от Ламы Питера, и от Геше-ла много раз вот эту часть в разных занятиях. Классический ответ, что у нашего сознания нету первой причины, оно бесконечно. Причина, почему оно бесконечно, – потому что если бы была когда-то первая причина нашего сознания, первое мгновение, тогда у него не было бы причины. Тогда из ничего появилось все. То есть это невозможно, чтобы у сознания не было бесконечной причины. Это невозможно, чтобы у сознания было начало. С точки зрения логики, в том числе с точки зрения кармы. Они не противоречат просто друг другу. И об этом нужно подумать. Я знаю, что я об этом рассказываю как-то весело, смеюсь. Но я об этом слушаю 10 лет и думаю об этом 10 лет регулярно. И с каждым разом можно пойти глубже. Спасибо.

Зал. Можно добавить?

Максим Джабали. Добавить?

Зал. Я не знаю, возможно, я ошибаюсь, я просто хотела бы уточнить. Мне кажется, что вот это вот, что несуществование первой причины. Вернее, первая причина не может быть, потому что со стороны логики тогда вообще исключает причинно-следственную связь, да. Потому что в любом случае любой результат имеет причину. И это логическое наше мышление, то, что мы, скажем так, развиваем. Если была бы первая причина, тогда не было бы связи этой.

Максим Джабали. Если бы была первая причина, то не было бы причинно-следственной связи как таковой, как явление. Правда.

Ирина Джабали. Звучит ещё запутаннее, но всё-таки немножко помогает (*смеются*).

Максим Джабали. Ещё вопросы? У Лены?

Зал. Я слышала, что гнев сжигает хорошие семена. С другой стороны, я слышала, что, когда мы делаем сжигание, мы не сжигаем плохие семена, мы просто сильно-сильно их ослабеваем. Я отказываюсь верить, что гнев сжигает хорошие семена. Может они всё-таки как-то сохраняются, что-то с ними происходит, но он их не уничтожает на корню. Подтвердите, опровергните.

Максим Джабали. Я слышала, что гнев сжигает семена, хорошие. А при этом, например, церемония сжигания плохих семян их не сжигает. А что? Повреждает, замораживает, ослабевают. Поясните (*повторяет вопрос участницы из зала для переводчицы*).

Ирина Джабали. Я поддерживаю идею, что семена ослабевают, когда мы, например, делаем четыре силы или соджонг. Таким образом мы, на мой взгляд, можем отсрочить какие-то плохие вещи, во что могли бы вырасти эти семена. И если вспомнить законы кармы, что посеешь, то и пожнешь. И если мы что-то посеяли, результат неизбежен. Но при этом в нашей жизни может быть опыт, который перевернет все с ног на голову. В нашей жизни может произойти опыт, который называется видение пустоты напрямую. И это как раз тот опыт, после которого мы можем уже не переживать о каких-то, на мой взгляд, тех делах, которые мы совершили когда-то давно, и они остались. Потому что этот опыт, он драматически нас трансформирует. И трансформирует наши вот эти семена. Добавишь? (*обращается к Максиму*)

Максим Джабали. Хороший вопрос. Можно по-разному об этом думать. Да, это прямая цитата мастера Шантидевы, что одно мгновение гнева на бодхисаттву разрушает зоны добродетели. Мы это будем изучать на АСИ 10, 11, 12. Я слышал разные комментарии по поводу того, что технически происходит. И я слышал, я думаю, от Геше Майкла объяснение, что то, что происходит с хорошими семенами, когда мы гневаемся на бодхисаттву, это не то, что... То есть если их представить как склад, это не то, что этот склад реально сжигается весь. Но эти семена повреждаются очень сильно. Я их представляю семенами с инвалидностью (*смеется*). То есть они больше ни ходить не могут, ни говорить, ничего. Просто такие бедные, поврежденные семена. И в этом смысле они уже не могут взойти. Потому что они очень сильно повреждены. Но технически они не исчезли. Поэтому то же самое происходит с плохими семенами. Геше Майкл говорит, что они как замораживаются, повреждаются, когда мы делаем вот эту четыре силы практику. Или, когда мы на церемонии сжигания плохих семян, это церемонии огня. Поэтому лично моё мнение, не из писания, я думаю, они никуда не деваются, эти семена, но они очень сильно повреждаются. И хорошие могут повредиться, и плохие.

Поэтому, тоже я слышал с Геше Майкла, что, когда мы посвящаем какие-то свои хорошие дела, делаем посвящение. То... Вот, например, мы сейчас вместе с вами сделаем это упражнение. Пусть сила и добродетель того, что мы сюда пришли, учились этим знаниям. С мотивацией изменить этот мир, сделать его более добрым, счастливым. Пусть благодаря этому на этой земле наступит рай. Пусть все окажутся в раю. Пусть никто больше никогда не болеет, не стареет, не умирает. Пусть все станут ангелами. Мы с вами только что посвятили все хорошие семена от первых трёх уроков, и группы мудрости, и медитации, и йоги. Посвятили хорошие семена. Вот этой цели. Вот это считается, эти семена надевают, на эти семена надеваются супер-бронезилеты. Никакая угроза им не страшна. Даже гнев на бодхисаттву. Вот я это слышал от Геше Майкла. Поэтому я не так давно об этом, кстати, услышал, мне кажется, в этом году. Я теперь стараюсь всё посвящать (*смеется*). До того, как я на кого-то разозлюсь. Что у меня бывает регулярно. Спасибо. Ещё вопросы есть, ребята? У Славы есть вопросы. Давай, Слав. Спасибо (*передает микрофон участнику из зала*).

Зал. Я просто хочу продолжить эту тему, которую мы начали. И не дает мне спокойствия вопрос, как если бы представить, что человек не произошел от обезьяны. Мы не знаем эту теорию. Есть разные теории происхождения человека. И я подумал: окей, если сознание не имело начала, не имеет конца, то для того, чтобы карма создавалась, необходимо тело и необходимы мысли, слова и поступки в отношении других живых существ, чтобы там позитивная, негативная карма. И вот позвольте уточнить: ну каким-то образом кто-то же

родился первый, чтобы воспроизводить человечество? И вот тот, кто родился первый, у него была уже карма, хорошая или плохая, и откуда она взялась? Понятен вопрос? Не очень глубоко?

Максим Джабали. Да, понятен. Спасибо, Слав. Я резюмирую вопрос Славы. У Славы несколько вопросов на самом деле. Первое – если у нас есть люди как класс человечества, то кто был первым человеком? Должен ли он был быть? Или нет? Второе – правда ли, что для того, чтобы создавать карму, должны быть другие люди вокруг, по отношению к которым ты создаешь эту карму? Ещё что-то, Слав?

Зал. Как она создавалась, если такие люди были первыми?

Максим Джабали. Как она создавалась, да, если ты родился, ты первый человек, у тебя никого нет вокруг, как ты создавал эту карму? Спасибо, Слав. Хорошие вопросы. Во-первых, мы на АСИ 8 будем проходить, по сути, вторую часть вот этой же книги Абхидхармакоши. Это уже в следующем году у нас будет. Скоро. И мы будем проходить, что да, сознание бесконечное, у него нет начала. Но есть циклы. Ну, например, сейчас считается эра упадка. Вот это в Индии они называют Кали-Юга сейчас. Кали-Юга – это термин. Да, где жизнь становится хуже. Продолжительность жизни часто может сокращаться. Войны начинают активно идти по всему миру. Страшные неизлечимые болезни начинают распространяться. Люди меньше изучают дхарму, семена, карму. Считается, что мы сейчас в этом мире, на этой планете, в это время, живем в такое время. И, например, у этого времени, оно, конечно, плохое, в смысле, жить в нем тяжело. Но у него есть одно преимущество, которое, на мой взгляд, все проблемы перечеркивает. Считается, что из-за того, что жизнь такая плохая (*смеется*), люди интересуются, как бы поднимают свою пятую точку с дивана, начинают интересоваться: а как из этого выбраться? Вообще, что с этим делать? Поскольку у них есть этот запрос, – приходят Будды, ангелы и начинают их обучать. И во все другие времена они не приходят, потому что проблем мало, люди живут слишком долго, все у них хорошо, пик жизни 80 тысяч лет.

И мы также на этом восьмом курсе будем проходить вообще виды существ. Да, бывают люди, жаждущие духи, животные и еще разные другие. И мы узнаем, что есть существа, у которых нету тела. Соответственно, они не могут говорить и действовать. Все еще у них есть движение ума, у всех живых существ есть движение ума. Соответственно, у них всходят семена, и они сеют новые семена. В общем, Слав, многие вопросы, которые тебя интересуют, мы на этом восьмом курсе будем проходить в следующем году. Спасибо. Хочешь что-то добавить (*обращается к Ире*)? Еще вопросы, комментарии, предложения?

Зал. Очень маленький вопрос. Не на столько глобальный. Мне, честно, непонятно, один из видов кармы – это нейтральная карма. Каковы причины этих нейтральных карм могут быть?

Максим Джабали. Спасибо. Вопрос, что такое нейтральная карма? Как она работает вообще? Спасибо, это хороший вопрос. Несложно, просто обычно мы всегда говорим только про хорошие и плохие семена. Ну вот, к примеру, я сижу дома, пью воду. Какая это карма? (*ответы из зала, не слышно*) Ну, ребят, я, допустим, просто сижу и пью воду (*смех*). Вы говорите уже, как будто вы в секте. Просто выпил стакан воды, ни о чем я не думал. Просто ночью проснулся, попил стакан воды.

Зал. Для кого?

Максим Джабали. Для меня (*смех*). Сижу, мне неудобно, стол от меня далеко стоит, я стол подвинул (*пододвигает стол к себе ближе*). Какая это карма? Не все является хорошей или плохой кармой. Есть, на самом деле, много кармы, которую мы сеем, просто что-то делаем, не

задумываясь. Не знаю, вышли на улицу, идем куда-то, о чем-то думаем. В этот момент мы не создавали хорошую карму и плохой тоже не создавали, просто это нейтральная карма.

Я ещё одну вещь скажу, я об этом не читал, но я так думаю. Ну вот, например, параллельно тому, как я с вами общаюсь, я осознаю, что у меня растут волосы. На бороде особенно, у меня реально быстрее стала борода расти (*смеется*). У меня ногти на ногах растут тоже. Ресницы у меня наверняка отпадают потихоньку какие-то. Вот это осознание того, что у меня тело, оно как бы продолжает развиваться. Это какая карма? Непонятно, нельзя сказать, что это хорошая какая-то карма. Точно нельзя сказать, что это плохая карма. Это нейтральная карма. Или я просто сижу, смотрю в пол, о чем-то задумался. Это тоже, можно сказать, нейтральная карма.

Я рад, что вас волнует этот вопрос, потому что наша задача сеять как можно больше хороших семян, как можно меньше плохих семян. Поэтому наша задача – это иметь добродетельную мотивацию или заниматься хорошими делами, чтобы все дела остальные, по ассоциации или по мотивации, они тоже превращались в хорошие. Превращались в хорошие дела. Поэтому, например, люди, которые принимают пять пожизненных обетов мирян или мирянок, которые, реально это не сложные очень обеты. Их пять. Не убивать человека или человеческий плод. Фрухт — это человеческий плод (*уточняет у переводчицы*)?

Переводчица Ваня. Нет (*смех*).

Максим Джабали. Обст (*смех*)? В общем, человек или человеческий плод. Второе – не воровать ничего ценного. Четверть цента, по-моему, оригинально. Третье – не лгать о своих духовных реализациях. Имеется в виду, если вы не видели пустоту напрямую, не надо заявлять, что вы ее видели. Это очень конкретные вещи. Четвертое – не принимать интоксиканты. Имеется в виду алкоголь, наркотики. И пятое. Люда, что у нас пятое? Сохранять правильное мировоззрение? Или это шестое? А, не изменять. Имеется в виду, если у меня есть жена, мне не нужно с другими женщинами встречаться. Или если это замужняя женщина, я даже свободен, мне тоже не нужно с ней встречаться. Это пятое. А шестое – сохранять правильное мировоззрение. Стараться.

Так вот, я смотрю здесь на присутствующих. Я не думаю, что вы каждый день ходите, кого-то убиваете или воруете. Вы так, скорее всего, это не делаете. Или все, или практически все. Но вот вы сидите, понятно, сейчас никто тут не пьет на занятии. Спасибо вам за это, пиво не принесли, водку. Владимир (*смех*). Я шучу. Никто тут не изменяет ни с кем, не ворует, понятное дело. И вот вам, это называется фан факт, интересный факт. Вот то, что вы это сейчас не делаете – это нейтральная карма. Это не является хорошей кармой. Вы же не то, что себя сдерживаете, просто вам даже это в голову не приходило.

А вот сзади сидят люди некоторые, которые принимали эти обеты, пять, где они пообещали, что они этого делать не будут. Все это время, пока они этого не делают, это вся жизнь может быть. Они вместо вот этих нейтральных семян, у них пассивный доход идет, начисление дивидендов каждую минуту. У меня сейчас лежит депозит в одном месте под 17% годовых. Чисто технически там начисляются эти 17% годовых, маленький микропроцент, каждую секунду, каждое мгновение он начисляется. Делать ничего не надо, чтобы он начислялся. Так вот люди, у которых есть эти обеты, у них пассивно все время сеются хорошие семена в ментальном потоке, потому что они воздерживаются от этих действий. Я, как человек, который интересуется инвестициями, когда услышал такое объяснение, мне стало понятно. В конце концов у вас может быть, сколько? 264 обета. Это не так, что вы чувствуете себя, не знаю, в клетке. Наоборот, у вас автоматически не по 5 принципам, а по 264 сеется в 200, сколько? 264

поделить на 5. То есть больше, чем в 50 раз хороших семян. Автоматически. И это причина принимать, почему люди некоторые принимают эти принципы, этические обеты. По крайней мере, я думаю. Ира, может тоже.

Зал. Я же могу посвящать свои нейтральные семена, уже начать сейчас? То есть каждые действия, которые я буду замечать. Ну, постараюсь по крайней мере посвящать их. Спасибо.

Максим Джабали. Да. Слава хочет задать последний на сегодня вопрос.

Зал. Если мы говорим о том, что о втором принципе щедрость. Щедрость – причина богатства. Это глубинный принцип, и вот я хочу развивать. Даяние. Длинные руки. И вопрос. Отчего зависит скорость восхода обратной кармы? То есть я дал какие-то деньги, не важно: едой, деньгами, – и насколько быстро, как это правильно выразится, могу рассчитывать или же могу ожидать на возврат? Отчего зависит, и что я должен для этого делать? Прямо очень важный вопрос для меня.

Зал. И можно ли ускорить?

Максим Джабали. И можно ли ускорить.

Зал. Да. Как ускорить?

Максим Джабали. Значит, ребята, спасибо большое за то, что задали этот вопрос. Читаю вам вопросы домашнего задания, урока, который у нас будет завтра утром, который проведут Катерина Третьякова и Ольга Цибенко завтра утром. Первое – назовите три типа опыта, которые созревают из поступков. То есть какие могут быть результаты наших поступков. Второе – назовите четыре типа поступков, которые определенно созреют в будущий опыт. Назовите две особые характеристики поступка, которые могут привести его к созреванию в этой самой жизни. В общем, завтра будет вопрос с ответами на ваши вопросы. На этом мы уже посвятили свои хорошие семена. Пусть они реально помогут всем живым существам. Даже если непонятно как, все равно это считается посвящением. Оля, ты хочешь что-то сказать? Вся информация в канале, хочет Оля сказать.

Ведущая, Ольга Фильянова. Спасибо огромное. Большое спасибо нашим учителям Максиму и Ирине Джабали (*аплодисменты*). Нашей переводчице, нашей Ване. За прекрасный перевод, за соединение со знаниями всех немецкоязычных слушателей со знаниями. Благодарю вас за ваше активное участие, всех, кто в зале, всех, кто в онлайн. Прощаемся с вами до завтра. Информация о времени начала занятий в канале. Да, такое же, как сегодня. До завтра!

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

Курс V Как работает карма

Стенограмма к занятию 4. Разновидности кармы и кармических результатов. Преподаватели: Максим и Ирина Джабали

(Максим и Ирина Джабали выражают благодарность за подготовку этой стенограммы Бойко Елене, Зубчик Лине и др.)

Ведущая Ольга Фильянова. Сейчас я приглашаю вас погрузиться в следующий урок. Я хочу представить для вас учителей, которые проведут нам это занятие. Начнет для нас рассказывать Катерина Третьякова. Она изучает систему семян с 2022 года. Она закончила 14 курсов АСИ и 5 тренингов для преподавателей. Катерина – гештальт-терапевт, она тренер АСИ в Праге и в Киеве и руководитель проектов Карма-Коуч и DCI Global. Катюша, приглашаем тебя на сцену. Аплодисменты, пожалуйста. *Зал аплодирует.*

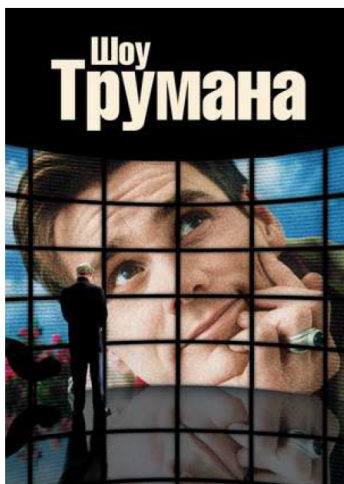
Екатерина Третьякова. Всем привет. Это мой первый опыт преподавания с переводом, поэтому мне пришлось сократить все, что я хотела сказать, в два раза (*Смеется*), но тем не менее, я очень постараюсь, чтобы это было интересно и, главное, с самым важным контентом этого занятия. Перед тем, как приступить к уроку, я хотела бы немного рассказать о своем опыте АСИ-курсов, знакомства с ними. Точнее, немного за жизнь до АСИ-курса.

Как уже сказала Оля, я гештальт-терапевт, заканчивала университет, не закончила, кстати. Не закончила, потому что перешла в АСИ-преподавание. Но до этого я всегда, наверное, лет с 15, мне было очень интересно вообще о том, как устроен мир, как устроены люди, почему мы испытываем те или иные эмоции в жизни или ситуации проживаем. И вот я изучала разные системы, читала книги, психология, гештальт-терапия, – в общем, что я только не перепробовала.

Но у меня как будто было ощущение, что чего-то не хватает, то есть нету каких-то однозначных ответов, потому что всегда это было «может быть», «ну мы точно не знаем», или вообще какие-то вопросы просто без ответов оставались. И на какой-то период времени я в принципе такая думала, ладно, не буду думать об этом, ну живут себе просто люди, женятся, находят работу, наверное, в этом и есть весь смысл жизни. И я периодически как бы тоже погружалась в эту обычную, привычную, нормальную жизнь. Но потом случались снова и снова какие-то проблемы, вызовы, челленджи в жизни, – что заставляло меня снова вспоминать о своих вопросах и искать на них ответы.

Урок, который я вынесла: что лучше не ждать проблем, а сразу начинать искать ответы. Потому что они все время будут, так как это нас подталкивает двигаться дальше и все-таки понять вообще о том, как устроен мир и почему происходят какие-то события в нашей жизни. Да, то есть начинать как бы сразу искать ответы. И финальным таким стала война в Украине, когда я точно поняла, что что-то здесь происходит вообще не то в этом мире и нужно в этом срочно разобраться. И я хотела бы еще тоже привести такой пример, как аналогию...

Кто смотрел фильм «Шоу Трумана»? Я коротко расскажу. Это в целом главный персонаж, идея его в том, что он живет свою обычную жизнь, ходит на работу, всегда такой довольный, счастливый. У него есть семья, он весь такой довольный, в общем, все у него прекрасно. Да, и вроде бы ничего не происходит, но у него есть такое ощущение, что вот что-то не то, что-то здесь не так, какие-то начинают происходить события, вроде бы все прекрасно, но есть какое-то «но».



И это я до АСИ-курса (указывает на свое фото на слайде презентации). Я когда искала фотографии, думаю: вау, я просто на всех фотографиях такая счастливая, выглядела так, что у меня вообще не было проблем – путешествия, муж, семья, всё прекрасно. Это было не так, всегда присутствовало вот это «но». И вот главный герой в фильме «Шоу Трумана», он начинает это подозревать и искать из этого

выход, что происходит. Суть фильма в том, что это всё постановочный такой сценарий, он живет как бы его жизнь внутри фильма, и за ним все наблюдают, – то есть по факту, он живет в такой коробке, он прожил там 30 с лишним или сколько-то лет, он взрослый, и даже не подозревал этого. Он был очень упёртым, он заподозрил что-то и начал двигаться на выход, – и он смог, он выбрался из этой коробки.

И для меня АСИ-курсы стали тоже вот этим вот выходом, с пониманием того, что так быть не должно. И в особенности АСИ-5 – это очень-очень практичный курс, он рассказывает нам о том, как мы вообще создаем свой мир и каждую вещь в нем. И также, как создать вот этот выход из этой коробки, как прийти вообще к абсолютно другому существованию, где ты правда всегда счастлив. И я надеюсь очень, что я смогла возможно еще больше вдохновить на изучение этих курсов. И сейчас мы уже будем переходить к основному контенту. Я хотела бы спросить у вас, кто помнит, какую главную книгу мы изучаем на пятом курсе АСИ?

Зал. Абхидхармакоша.

АСИ 5

Чтобы осуществить
свои мечты,
нам нужно полагаться
на законы кармы

Занятие 4:

Чтобы получить результаты
созданной кармы как можно
скорее в этой жизни,

нам следует помогать
особому объекту с сильной
мотивацией

Екатерина Третьякова. Да, Абхидхармакоша. Кто написал? Можно посмотреть? Можно. Мастер Васубандху. Да, и на предыдущих уроках вы изучали перечень глав этой книги, и сегодня мы будем говорить о четвертой главе: о том, как наш ум создает целые миры, создает всё в этой комнате, вот на

что бы вы ни показали, это всё то, что создается... И это будет такой урок из списков. Но перед этим давайте вспомним главную идею курса: чтобы осуществить свои мечты, нам нужно полагаться на законы кармы. Записано у всех? Есть? И главная идея этого занятия: чтобы получить результаты созданной кармы как можно скорее в этой жизни, нам следует помогать особому объекту с сильной мотивацией. И сегодня как раз мы будем говорить о том, что такое сильная мотивация и кто особый объект. Записали?

В этом занятии мы поговорим о том, как результаты наших поступков раскрываются в контексте времени; четыре типа поступков, что точно созреют в будущий опыт; далее Ольга во второй части расскажет о том, как ускорить созревание кармы; и четыре результаты кармических действий.

● В этом занятии

- ☑ Как результаты наших поступков раскрываются в контексте времени
- ☑ 4 типа поступков, что точно созреют в будущий опыт
- ☑ Как ускорить созревание кармы
- ☑ 4 результата кармических действий

используют их, если кто-то не знает, вы знаете, что всегда можете подойти к нам, и мы с удовольствием расскажем. Но также эти четыре шага мы используем не только для денег, для хороших отношений, здоровья или что мы хотим, – мы их также можем использовать для нашей большой глобальной цели: полностью избавиться от всех проблем.

✿ 3 типа опыта из наших поступков

-- карма, результаты которой мы видим:

- 1) в этой жизни
- 2) в следующей жизни
- 3) в одной из жизней после следующей

действуют как такой ускоритель для нашей кармы, чтобы стать таким счастливым, кайфушным существом. Поэтому, пожалуйста, пожалуйста, проходите АСИ-курсы.

Вторая категория – это результат, который мы получим в следующей жизни. То есть это именно результат, который в следующем опыте откроется у нас, результат откроется в следующем воплощении.

И третья категория: в одной из жизней после следующей. Что означает, что это может произойти через сто жизней, может быть, двести, то есть это может быть существо вообще, которое очень-очень далеко от того, как я вижу себя сейчас. Я хочу задать вам вопрос, как вы думаете, какая вещь из вашей сегодняшней жизни, она была создана в прошлой жизни, есть идеи? *Зал делает предположения.* Я думаю, что точно, да, однозначно: знания о карме. А есть что-то еще такое, мы это используем каждый день, с детства, и это точно результат прошлых жизней.

Зал. Ножки, ручки.

И первый список, это как раз три типа опыта наших поступков – как они раскрываются в контексте времени. Мы говорим на каждом курсе АСИ о том, что наши мысли, слова и действия создают ментальные отпечатки в нашем уме, и потом это раскрывается уже в твердые события в нашей жизни. И первое – это карма, результат которой мы получим в этой жизни. Например, когда мы делаем четыре шага, мы помогаем нашему кармическому партнеру получить что-то и радуемся, – и это помогает нам получить результат от наших действий в этой жизни. Я надеюсь, что все знают четыре шага и

Курсы АСИ – это в принципе, очень четкая, понятная инструкция, как достичь главной цели, чтобы полностью избавиться от всех проблем и стать абсолютно счастливым. И говорят, что, когда заканчиваете 18 курсов, у вас есть следующие 18 курсов, секретные, и в этих секретных курсах АСИ – секретные знания, которые помогают вот эти четыре шага для большой цели реализовать уже в этой жизни. Вторая часть курсов вот эти секретные, они

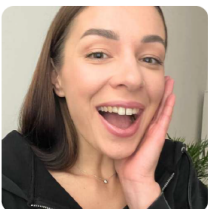
Екатерина Третьякова. Ножки, ручки? Да, это наше тело, не только ножки-ручки, но также и голова, хорошо, что есть (*смеется*). Это то, действительно, с чем мы пришли сюда в эту жизнь, – наш интеллект, наше тело – это то, что нами было создано в прошлых жизнях. И это важно понять еще потому, что в нашей жизни могут быть, правда, вещи, которые мы, например, в этой жизни не создавали, как хорошие, так и плохие, и они были созданы до. Но это не значит, что мы ничего с этим не можем сделать. И давайте, если взять на примере бытовом, как это могло бы раскрыться, на примере кармы денег.

Тот результат, который у меня есть сейчас, я не знаю, вероятно, я создавала где-то в прошлых жизнях. Точнее не так, у меня до изучения курсов АСИ были очень большие финансовые проблемы, и я думаю, что наверняка, это был результат, возможно, ранее. Но вот я начала делать четыре шага, помогать своему кармическому партнеру, и в этой жизни мне удалось получить результат, изменить финансовую ситуацию: увеличить доход, получать бонусы на работе. И если, например, я буду щедрой к другим людям, постоянно участвовать, может быть, в благотворительности, возможно, в следующей жизни я рожусь уже в семье с большим достатком. И, возможно, в этой жизни также я организую благотворительный фонд для бедных, буду поддерживать их, кормить, инвестировать, быть спонсором, – и тогда в последующих жизнях я могу родиться, возможно, либо в стране, которая настолько процветающая, что все там богатые, какой-то период процветания, и у нас есть даже пример такой страны на сегодня. Недавно наш учитель Мария Мёртл со своим супругом Питером Мёртлом летали в отпуск в Исландию. Так вот, там официанты отказываются от чаевых, то есть они отказываются брать деньги у людей, говоря о том, что у нас нам так хорошо платят, нам вообще на всё хватает. Я, когда это услышала от нее, для меня это было что-то из параллельной реальности, потому что: «В смысле, кто-то отказывается от денег, такое существует?». И я думаю, что эти люди, которые живут там, наверняка они в прошлых жизнях были очень-очень щедрыми, что говорит о том, что, как бы, правда, наша сегодняшняя ситуация, хорошая или не очень хорошая, она может быть создана задолго до этой жизни. Но что очень радует, что мы можем изменить и улучшить любую ситуацию. Потому что у нас есть четыре шага и медитация радости, – это то, что помогает быстрее получить результат в этой жизни.

4 типа поступков, что точно созреют в будущий опыт

(согласно Абхидхарме)

1. С сильной эмоцией



И мы переходим к следующему, это второй вопрос: и это четыре типа поступков, что точно созреют в будущий опыт. И первое – это сильные эмоции, поступки, совершенные с сильной эмоцией, и это касается как позитивных, так и негативных эмоций. 24 часа в сутки мы создаем карму тем, как мы думаем, говорим и действуем – по отношению к другим и к себе. И то, с какими эмоциями мы это делаем, чем сильнее эмоция, тем мощнее будет карма, которую мы создаем.

И я хочу привести пример из своей жизни. Когда я переехала в Австрию жить, у меня всё еще были финансовые трудности, очень серьезные, и я уже тогда изучала курсы АСИ, практиковала четыре шага, но я не замечала некоторые моменты, которые я делаю регулярно. И вот один из моментов, где я пересаживала, пересаживала негативную карму, я это называю «письмо счастья», особенно, когда в Вене ты открываешь почтовый ящик, затаиваешь дыхание,

берешь эти письма, а там счета. И в этот момент, мне казалось, я их ненавидела, эти письма, и у меня каждый раз всё сжималось, я могла неделями открывать ящики, просто чтобы не видеть эти письма. Я делала это с настолько сильной эмоцией страха, и нежелание оплачивать это, не то чтобы я хотела избежать их, но мне они казались настолько огромными, эти счета, просто, что их становилось, мне кажется, всё больше и больше. И я это когда заметила, начала менять это, и прямо радоваться каждый раз, когда я видела новый счет, я думала: «Вау, это я оплачу сейчас полторы тысячи евро за газ», или «Заплачу за мобильную связь, вообще-то я крутая, потому что я могу оплачивать такие счета, но еще круче то, что столько людей получают зарплату благодаря мне». И я прямо начинала представлять образы этих людей, что они благодаря мне, моим оплатам, получают зарплату и кормят свои семьи. И изменились две вещи.

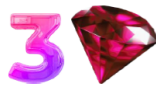
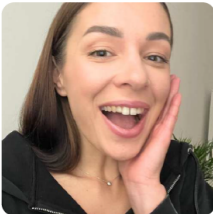
Во-первых, у меня появилась стабильная, хорошая возможность оплачивать абсолютно все счета. А во-вторых, этих писем стало меньше. Магия! Я серьезно, сейчас я с радостью открываю, думаю, так, ну где я там могу пощедить, – а там только журналы. Но я нахожу другие способы проявить щедрость. И эта история о том, как мы создаем карму под очень сильными эмоциями, и которая обязательно откроется в будущий опыт. И очень важно, правда, помнить: как с хорошей, так и с плохой эмоцией.

4 типа поступков, что точно созреют в будущий опыт

(согласно Абхидхарме)

1. С сильной эмоцией

2. По отношению к сильным объектам



А вторая категория по отношению к сильным объектам – здесь мы говорим о трех драгоценностях. Мы будем это изучать на каждом курсе АСИ и сегодня еще более детально говорить об этом. Я перечислю три драгоценности: драгоценность Будды, драгоценность Санги и драгоценность Дармы. И драгоценность здесь в чем? Это говорится о людях, которые увидели пустоту напрямую в глубокой медитации, то есть они на собственном опыте увидели, каким

образом мы создаем весь мир, что мир происходит из меня. Но также эта драгоценность – это об учениях, которые помогают достичь этого видения и про сообщество людей, которые интеллектуально изучают.

И почему они являются таким сильным объектом и почему это обязательно откроется в будущий опыт? Потому что эти люди, они могут принести наивысшее благо для огромного количества людей, передавая знания о том, как устроен мир. Потому что в этот момент тот, кто получает эти знания, он может абсолютно изменить свою жизнь, – и это полностью избавит от всех проблем. Если взять на более простом примере, как может это происходить в жизни, мы рассмотрим с негативной точки зрения. Это к примеру, когда кто-то берет вещи церкви, или дхарма-сообщество, вроде такого, как у нас, может быть где-то чашечка, где-то ручечка, – и это уже считается поступком по отношению к мощному объекту, к сильному. И поэтому во всех наших организациях мы очень-очень тщательно ведем финансовый учет, чтобы ничего нигде не упустить, ни одной копейки даже. Но также поступки, которые хорошие по отношению к этим объектам, – они будут очень мощными, и они обязательно созреют в будущий опыт.

Третья категория – это совершены неоднократно: и это наши привычки, которые мы совершаем изо дня в день. Я тоже хотела бы рассказать о примере, о моем сыне. Относительно недавно я

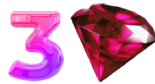
❀ 4 типа поступков, что точно созреют в будущий опыт

(согласно Абхидхарме)

1. С сильной эмоцией



2. По отношению к сильным объектам



3. Совершены неоднократно

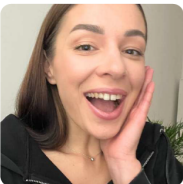


несмотря на то, что даже было признание менеджерам. Он снова рассказал мне, когда я его прижала к стенке. Но суть в том, когда я у него спрашиваю: «Марк, почему ты это сделал, мы же уже все выяснили», - он говорит: «Я не знаю, но мне просто вот захотелось, я ничего не мог сделать с этим». И я думаю, что это было создано привычкой, брать что-то мое без разрешения ранее, когда это не замечали, никто не говорил тебе ничего, ты думаешь о том, что вроде бы всё хорошо, ничего плохого не происходит. И даже когда мы сходили в магазин во второй раз, он сделал это снова. И каждый раз я, правда, объясняю ему о последствиях, которые могут ждать его, мы вместе сожалеем с ним об этом, но это то, как создаются привычки, то, как они растут: сначала, может быть, неловко, но, когда ты видишь, что ничего такого не происходит, ничего не случается, тебе легче и легче снова это сделать. И мы иногда не понимаем вообще, как мы постоянно совершаем от них те же действия, потому что они стали привычкой у нас. Сейчас мы с моим сыном создаем противоположную привычку, мы совместно проявляем щедрость с ним. Да, я очень верю и надеюсь, что больше этого не повторится.

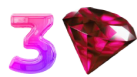
❀ 4 типа поступков, что точно созреют в будущий опыт

(согласно Абхидхарме)

1. С сильной эмоцией



2. По отношению к сильным объектам



3. Совершены неоднократно



4. Убийство своего отца или матери



И есть четвертая категория – это убийство своего отца или матери. Я думаю, что это звучит грубо, но скорее всего, что никто из нас, из вас не убивал своих отца и мать, но это относится к концентрическим кругам и то, как мы к ним относимся. Я точно знаю, что есть разные истории с родителями, но в этих учениях говорится о том, что родители подарили нам самое ценное, что только можно было, – и это наше тело, и возможность в этом теле достичь нашу высшую цель. И очень здорово думать о том, чему родители меня обучали, может быть, они давали мне какие-то скрытые уроки; возможно, они специально так вели себя, чтобы я пришел или пришла на этот путь. Я именно так сейчас вижу своих родителей, которые, казалось мне, вели себя ужасно просто, я вижу это то, как это делало меня мудрее, уважительнее, сильнее, – и это привело, правда, я думаю, меня к этим знаниям также.

Мы поговорили с вами о том, какие четыре типа поступков обязательно созреют в будущий опыт и переходим теперь к следующему, третьему, вопросу. Чтобы созрело в этой

жизни, что нужно сделать? И существует два способа, как заставить карму раскрыться именно в этой жизни. У вас есть такие семена, которые вы хотели бы, чтобы раскрылись в этой жизни? И вот сейчас мы как раз разберемся о том, как это сделать. Вы можете свою ситуацию примерять к этим пунктам.

И первый способ – это совершить действие, мысль или говорить что-то по отношению к мощному объекту. И мы уже немного говорили в предыдущем вопросе о том, кто такой особый объект, и также с Ольгой вы будете об этом говорить. Существует целая категоризация

Чтоб созрело в этой жизни:

1. Мощный,
“особый” объект

(следующий слайд)

2. Экстраординарная
мотивация

для блага всех
живых существ!

мощности объекта и, если мы хотим, чтобы наша карма созрела как можно скорее в этой жизни, нам нужен мощный объект.

И второе – это поступки, совершенные с экстраординарной мотивацией. Как вы думаете, какая мотивация самая мощная? *Зал делает предположения.* Да, чтобы все живые существа были счастливы,

чтобы вообще все избавились от проблем, достигли всех своих целей, мечты реализовали, и самое главное – вышли из коробочки. И это можно, правда, использовать в каждом вашем действии.: готовя завтрак кому-то, своего супругу или супруге, совершая какую-то щедрость, вы можете держать эту мотивацию в своем уме, в своем сердце и совершать этот поступок именно с этой мотивацией. И перед тем, как сейчас завершить, давайте вспомним, какая главная идея нашего урока, я видела, что вы записывали. *Зал делает предположения.* Абсолютно верно. Чтобы результат кармы нашей посаженной получить в этой жизни как можно скорее, нам нужен мощный объект и мощная мотивация.

И также я хотела бы дать маленькое напутствие, возможно сейчас это кажется не совсем понятным что-то, может быть, какие-то слова кажутся странными, но самая главная задача этих курсов и нас всех, как тренеров, – это чтобы люди практиковали эти знания в жизни. То есть каждый урок этот, он абсолютно применим к нашей жизни, и вы можете брать с собой на уроке какую-то вашу ситуацию и думать о том, а как контент этого занятия поможет мне в этой ситуации. Потому что я, когда готовилась к этому занятию, я вот вообще забыла о том, что с этими сильными эмоциями поступки точно откроются, и быстрее, и я взяла это в свою ситуацию, в свою цель, и теперь регулярно это практикую. На этом моя часть занятия закончена, кажется, я задержалась на 5 минут. Я очень благодарна за то, что вы приходите. Спасибо большое Максусу с Ирой, что взяли на себя такую огромную ответственность и Оле, организовывать. И я желаю вам, чтобы вы достигли все свои цели, исполнили все мечты благодаря этим знаниям и достигли своей главной цели, стали как главный герой «Шоу Трумана». И сейчас я хочу представить Ольгу. Нужно немножечко назад вернуться (*говорит про слайды презентации, листает их*). Ольга изучает курсы АСІ с 2019 года, она завершила уже 18 курсов, прошла 3 тренинга для преподавателя АСІ, и, вероятно, многие знают ее из «Карматочки». Также Оля – куратор проектов в Gold-Club. Я познакомилась с Олей относительно недавно, но Оля очень-очень мощный практик, она проходила месячный ретрит, и я думаю, что у нее всегда можно узнать ее секретик о том, как достичь цели быстрее, потому что Оля недавно переехала в Вену и сделала это очень быстро. Ну, из моих семян, по крайней мере (*смеется*). Пожалуйста, поприветствуйте Ольгу.

Аплодисменты.

Ольга Цебенко. Итак, давайте продолжим (*зал аплодирует*). Спасибо большое. Спасибо еще раз, Катя, за представление. И еще немножко я хотела бы рассказать о себе, чтобы мы ближе познакомились с вами. Как Катя и сказала, что я с помощью этих знаний достигла многих своих целей, например, такие как: я освободилась от долгов, увеличила свой доход где-то в 4,5 раза, создавала ретриты, про которые Катя тоже рассказала, и я с недавних пор тоже живу в Вене, рядом с учителями. И практически все эти цели на какой-то момент казались для меня недостижимыми, и только используя знания, полученные на этих курсах, я смогла сделать нереальное реальным. И каждый мой результат мотивировал меня изучать эти курсы дальше. И поэтому я уже закончила все 18 открытых курсов. И именно поэтому я стою здесь перед вами и передаю дальше эти знания.

И сейчас я хочу напомнить, где собственно мы находимся: мы находимся на курсе ACI-5, который называется «Как работает карма». И вообще, зачем нам это знать? Зачем нам тратить свое время и разбираться, как она работает? Кто так думает, есть варианты? *Зал дает предположения.* Иметь абсолютное счастье (*кивает*), чтобы управлять реальностью. Отличные ответы! Мы изучаем, как работает карма, для того, чтобы, собственно, реализовывать все наши цели. Потому что именно полагаясь на законы кармы, – мы можем их реализовать. И мы с вами находимся на четвертом уроке курса, это его вторая часть. И Екатерина нам уже в первой части рассказала очень важную вещь: как сделать так, чтобы те семена, которые мы засеваем, чтобы они открылись уже в этой жизни, или как можно скорее. И это, я вам напомню, мы должны засеивать свою карму к очень сильным объектам и с сильной мотивацией.

И сейчас я продолжу и хочу рассказать про то, что делает объект для нас мощным, сильным. И есть четыре вещи, которые делают объект мощным, и первая из них – это высшая форма жизни. И что здесь мы имеем в виду? Это такая форма жизни, при которой существо, при правильном обучении и регулярной практике, может достичь наивысшей цели, то есть достичь просветления, выйти из круга страданий, и эта форма жизни – это именно человеческая жизнь. И я вас поздравляю, именно эту форму жизни имеем мы! То есть, если вы хотите помочь, у вас есть выбор, помочь человеку или животному, то более мощные семена вы засеете, когда поможете человеку. Только потому, что животное находится в такой форме жизни, так как, даже если бы оно присутствовало сегодня на нашей лекции, кошечка или собачка, они бы не смогли воспринять то, что мы передаем, они бы не могли дискутировать в группах мудрости и получать осознания в своем уме, – и поэтому семена более сильные, если мы помогаем человеку.

✿ Что делает объект “особым”

1. Высшая форма жизни
2. Степень страданий



Но в то же время, когда я впервые услышала об этом, я подумала: а что же теперь с животными, что, не помогать животным, или как? Заботясь о животном, мы также сеем хорошие семена. И давайте с вами посчитаем, например, мы не всегда имеем возможность помочь человеку в чем-то, то есть, я имею в виду, не каждый день у нас есть

такая возможность. И давайте посчитаем, если у нас есть домашний любимец, сколько раз в день мы его кормим, поим, выгуливаем, и посчитаем, что это очень-очень много кармических семян, потому что мы чаще имеем возможность засеивать их. Поэтому, пожалуйста, продолжайте заботиться о своих домашних животных и о других животных, это тоже хорошая карма.

И давайте перейдем к следующей категории – это степень страдания. И мы сеем очень мощную карму, если помогаем людям, которые находятся в тяжелой жизненной ситуации, например, им негде жить, нечего кушать, нечего одеть, либо они болеют. И особенно мощными семенами будут, если кроме нас этим людям некому помочь. Имел ли кто-то ситуацию такую, что кроме вас некому было помочь, и вы помогали людям? Было ли такое, что вы особенно радостно чувствовали себя, если помогали человеку в жизненной тяжелой ситуации? Я вижу, вы киваете головой, значит, было, да? Я хочу привести свой пример, я работала в Украине с детьми с особенными потребностями и здесь продолжаю в Вене также работать с такими детками. И немногие люди соглашаются на такую работу, потому что она очень тяжелая, и даже у меня есть такая знакомая, которая говорит: «Оль, а зачем ты вообще это делаешь? Мне было хорошо, когда я не видела раньше этих людей, раньше их закрывали в специальные учреждения, и я не хочу их видеть в нашем обществе, мне неприятно это». Есть такие люди, и мне особенно радостно быть частью команды, которая работает с такими детьми, потому что я понимаю, что я имею возможность подарить таким детям больше радостных моментов в их жизни и помогаю им быть частью этого общества.

И переходим к третьей вещи, которая делает объект более мощным – это тот человек или те люди, которые оказывали нам в прошлом сильную поддержку. Давайте подумаем, кто для каждого человека является таким мощным объектом, мощными объектами? *Зал делает предположения.* Родители, верно. Как уже Катя говорила, они сделали для нас что-то



Что делает объект “особым”

1. Высшая форма жизни
2. Степень страданий
3. Оказывал вам значительную помощь



экстраординарное. Несмотря на то, какие у нас отношения с родителями, даже если они родили нас и оставили в роддоме, – они дали нам человеческое рождение. И именно в этой форме жизни у нас есть возможность достичь абсолютного счастья, достичь просветления и прервать, выйти из этого круга страданий. Также по этой категории,

например, если у вас были ситуации в жизни, когда спасали вашу жизнь. Так, например, у меня была знакомая, которая два раза тонула, и два раза кто-то помогал ей не утонуть, и для нее эти люди – особенно мощный объект.

И здесь на слайде вы видите прекрасную девушку, и это мой личный такой мощный объект, ее зовут Инна Йос. И когда началась война в Украине, она мне написала: «Оля, приезжай ко мне, – она живет в Германии, – и мы тебе поможем». И я приехала к ней, и она сделала для меня очень много: она мне помогала устроиться, найти жилье, ходить по всем этим учреждениям, и она уделяла мне очень много времени, заботясь обо мне, – и это несмотря на то, что у нее есть семья, у нее есть муж, двое детей, мама, которая болеет раком, но при этом она уделяла мне внимание и много очень помогла. И я не упущу свою возможность помочь Инне в случае, если понадобится помощь и засеять очень мощную крутую карму, если у нее возникнет такая.

Также мощными кармическими объектами являются для нас наши учителя, – это могут быть любые учителя, которые нас научили читать, писать, нашей профессии, и вообще всему, чему мы научились, – мы научились от кого-то, и все они являются нашими учителями и сильными кармическими объектами.

Также мощными кармическими объектами по этому принципу являются учителя дхармы. И вот среди нас есть Ирина и Макс, и это для нас всех тоже очень мощные кармические объекты, потому что они преподают эти курсы АСИ. И благодаря знаниям, которые мы получаем на этих курсах, мы имеем возможность изменить свою жизнь, достичь своих целей, и вообще стать другим существом. Поэтому учителя дхармы являются очень-очень мощным особым объектом.

✿ Что делает объект “особым”

1. Высшая форма жизни
2. Степень страданий
3. Оказывал вам значительную помощь
4. Высокие духовные качества



И переходим к четвертой вещи, которая делает объект более сильным, – это высокие духовные качества. И в древних источниках, которым уже более двух с половиной тысяч лет, там говорится, что как раз такими высокими духовными качествами обладают следующие люди: это люди, которые только что вышли из медитации прекращения, люди,

которые только что вышли из медитации безмерной любви, люди, которые только что вышли из медитации, где они увидели пустоту напрямую. И давайте я вам расскажу коротко, что это за медитация. Первая – это медитация прекращения, и в этой медитации прекращаются наши ментальные омрачения, то есть это наши негативные эмоции. Следующая медитация – это медитация безмерной любви. И этот человек, который был в этой медитации, он тоже прекратил все свои негативные эмоции, он был в такой точке одноточечной концентрации, где не было ни одного ментального омрачения.

И люди, которые увидели пустоту напрямую, они также прекратили все свои ментальные омрачения, все свои негативные эмоции, и они прекратили эту тенденцию видеть вещи самосуществующими. После видения пустоты напрямую, люди больше никогда не верят, что вещи существуют сами по себе, и в этот момент, после видения пустоты напрямую, человек становится архатом. И почему здесь фотография этого прекрасного человека, которого зовут Геше Майкл? Потому что это как раз тот человек, который видел пустоту напрямую и прекратил все то, о чем я только что сказала, и он создал все эти курсы АСИ, которые мы изучаем для того, чтобы мы с вами тоже смогли достичь этого уровня.

Итак, мы с вами познакомились с четырьмя вещами, которые делают наш объект более мощным, и я напоминаю, что мы должны это знать для того, чтобы понимать, как создать такую карму, которая бы открылась уже в этой жизни, как можно скорее. Так как достижение наших результатов ускоряет именно действие к мощным объектам с сильной мотивацией. Когда мы делаем действие по отношению к мощным объектам с сильной мотивацией, то наша карма созреет быстрее.

И теперь давайте перейдем... Мы все время говорим, что результаты открываются в нашей жизни, семена созревают, вот они так раскрылись. Давайте теперь перейдем и более подробно поговорим, в каких результатах, собственно, мы можем наблюдать открытие наших семян, которые мы посеяли. Мы сейчас рассмотрим четыре результата кармических действий, и эти результаты взяты из «Ламрим Чен Мо» Дже Сонгкапа.

Первый результат называется созревший результат. И хочу сказать, что это пятый вопрос домашнего задания. Итак, созревший результат, у нас здесь написано рождение в одной из

4 результата кармических действий

1. Созревший результат	Рождение в одной из трёх нижних сфер
2. Соответствующий опыт	Аналогичный вред
3. Соответствующая привычка	Вас привлекает совершать те же самые ошибки
4. Относящийся к окружающей среде	Соответствующее место проживания

нижних сфер (указывает на слайд медитации). Это в том случае, если у нас открылись негативные семена, это три нижних сферы: это животные, про которых мы говорили, голодные духи и ады. Более подробно вы, если захотите, будете изучать в курсе АСИ-8. Но в плюсе, и у нас это есть уже, у нас открылась хорошая карма, и мы получили человеческое рождение. Следующий результат – это соответствующий опыт. И это значит,

что нам повезло родиться в человеческом теле, но мы получаем обратно то, что мы засекали раньше. То есть аналогичный вред: если мы кому-то ввали, то ввали нам; если мы забирали деньги, крали, то крадут у нас.

И следующий результат – это соответствующая привычка, то есть нас привлекает совершать те самые ошибки, которые мы раньше делали. Это то, что говорила Катя про своего сына, сегодня рассказывала, что у него есть видимость прошлой жизни – это привычка что-то брать в магазине, не оплатив.

И следующее, это результат, относящийся к окружающей среде – это то, где, собственно, мы родились. Какие люди нас окружают, какая местность нас окружает. Давайте мы рассмотрим на примерах, как могут раскрываться все эти результаты, если мы нарушали определенные принципы. Мы возьмем из каждой категории по одному принципу.

Кто помнит, какие у нас есть три категории, или мы говорим еще часто, трое врат, через которые мы засеваем кармические семена? *Зал делает предположения.* Владимир, повторите. Хороший ответ, но не точно. Спасибо, Оксана. Это тело, речь и ум. То есть тело – это наши действия. Речь – это то, что мы говорим. И ум – это наши мысли. И мы возьмем, например, давайте сразу рассмотрим созревший результат: мы родились человеком, то есть для каждого из этих трех врат одинаковый результат – либо человек, либо в трех низших сферах.

Дальше, аналогичный вред: соответствующий опыт нам причиняет аналогичный вред. Давайте возьмем через врата тела, принцип второй – это воровство, в минусе. Как это будет для нас в нашей жизни отражаться, вот этот вот результат? У нас, скорее всего, тоже будут красть; у нас будут проблемы с деньгами; у нас долги будут; нам будет не хватать любых финансовых, материальных ресурсов; вещи, которыми мы будем обладать, либо не будут в нашей собственности, то есть мы не сможем владеть ничем, либо у нас будет совместное владение с кем-то, - то есть проблемы в финансовой сфере, в материальной сфере. И это соответствующий опыт, если раньше мы нарушали второй принцип – воровство.

В случае, если через врата речи мы нарушали принцип разъединительного разговора, что будем мы видеть тогда в своей жизни, как результаты эти будут открываться? Мы будем терять друзей; люди в нашем окружении не находят общий язык, постоянно ссорятся; мы не достигаем своих результатов, потому что это семена разъединения мы посеяли. И если, например, мы возьмем... И кстати, я не помню, сказала ли, это шестой вопрос домашней работы.

И если мы возьмем такой принцип, что у нас была такая привычка радоваться неудачам других людей, то есть это злорадство, – какой опыт мы получим в итоге? Соответственно люди

будут аналогично радоваться нашим неудачам; мы не будем получать помощь в нужный для нас момент.

И давайте теперь перейдем в соответствующую привычку. Соответственно, у нас есть привычки из той жизни делать какие-то вещи. Соответственно, если мы раньше воровали, у нас есть такая привычка воровать, и если даже, например, мы уже знаем о карме, знаем, что это плохо вернется к нам, у нас нет таких грубых проявлений, – вот я, например, общаюсь в такой среде, когда люди пытаются соблюдать этот принцип, – и тут можно увидеть тонкие проявления нашей привычки. Однажды я путешествовала по Германии со своей знакомой. И у нас было длительное путешествие, в котором мы вынуждены были пользоваться туалетами, в Германии все туалеты платные. И эта моя знакомая, хотя она ведет дневник, соблюдает все принципы, и она мне говорит: «Оль, а давай мы постоим возле туалета, подождем, пока откроется дверь, придержим ее и зайдем бесплатно». И это именно та привычка на тонком таком уровне, которая вот проявилась, я уверена, из прошлых жизней – это результат того, что мы делали в прошлом, воровали, сейчас вот так незаметно, автоматически она проявилась.

И соответственно, если вы раньше разъединяли людей, то сейчас у вас есть привычка фокусироваться на каких-то негативных сторонах людей. И если вы имеете эту привычку, то вы заметите негативные стороны людей, и вас просто тянет поговорить об этом с кем-то другим. И иногда это происходит автоматически, и очень тяжело за этим уследить. И в отношении злорадства, в вас тоже прослеживается привычка, например, если у кого-то что-то случается вместо того, чтобы – первое, что должно возникать, это сочувствие, помощь другому человеку, – вместо этого вы говорите, например: «О, а я же говорила!» или «Ну да, так оно и должно было быть». То есть вы не оказываете помощь и не оказываете сочувствие этому человеку.

И результат, который относится к окружающей среде. Да, это если рассматривать, например, что мы нарушали второй принцип, то в какой стране мы родимся, как вы думаете? *Зал делает предположения.* Коррупцированной. А самое главное, бедной, скорее всего, не Дубай (*смеется*). Многие здесь из Украины, верно? Украина тоже не относится, к сожалению, к богатым странам. И, видимо, у нас с вами есть общая карма, и видимо, мы тоже не очень хорошо соблюдали второй принцип. Также в древних источниках говорится, что мы рождаемся в стране, где, например, урожай не созревает, либо есть голод, то есть не хватает любых ресурсов.

Что же касается принципа разъединительной речи, в какой местности вы родитесь? Это будет местность, по которой тяжело путешествовать, это будут овраги, буераки, там есть, я не знаю, кочки какие-то, то есть это не ровные... *Максим подсказывает.* Дороги плохие, вот, отлично, спасибо, Максим. То есть очень тяжело куда-то попасть по такой местности, очень много преград, – это результат того, что мы много разъединительных разговоров в прошлом вели. Это результат того, что мы много разъединительных разговоров в прошлом вели. Плюс эта местность опасная, и много страха в нас. Также, что касается злорадства, вы рождаетесь в месте, которое очень опасно, например, там большая преступность, войны, насекомые, опасные для жизни человека, какие-то животные тоже опасные, инфекционные заболевания, – то есть это место очень опасно, и опять-таки там очень страшно жить.

Итак, мы с вами рассмотрели... подошли к концу нашего занятия. И это было четвертое занятие, в котором мы рассмотрели: какие результаты наших поступков раскрываются в контексте времени и как они открываются; также Катя рассказывала про четыре поступка, которые точно созреют в будущий опыт; мы рассказали о том, как ускорить результаты, посеянные нами кармой. Да, и я напомним, что, чтобы ускорить созревание хороших семян, хорошие поступки,

● Итого, что прошли

- ☑ Как результаты наших поступков раскрываются в контексте времени
- ☑ 4 типа поступков, что точно созреют в будущий опыт
- ☑ Как ускорить созревание кармы
- ☑ 4 результата кармических действий

мы должны засеивать карму по отношению к мощным объектам с сильной мотивацией. И мы с вами рассмотрели четыре вещи, которые делают объект мощным для нас; и также мы с вами рассмотрели четыре результата кармических действий, как карма раскрывается для нас. И я благодарю вас за внимание и благодарю, что вы продолжаете изучать эти знания. Меняйте свою жизнь к лучшему.

И помогайте другим людям своим примером менять жизнь к лучшему. И я вас жду на группе мудрости после обеда, чтобы мы смогли больше

углубить понимание сегодняшних тем. И хочу поблагодарить Иру и Макса за возможность засеять хорошие семена и поделиться с вами этими знаниями, Олю за организацию, Ваню за перевод. И спасибо большое всем вам за то, что вы были внимательны.

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

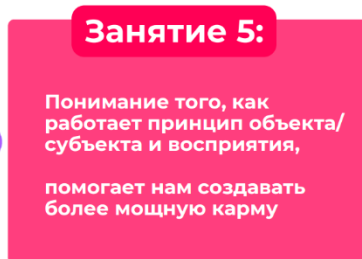
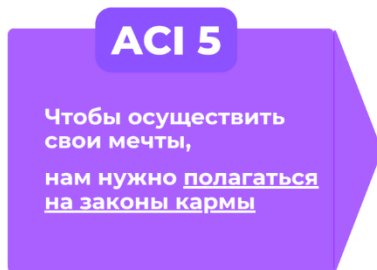
Курс V Как работает карма

Стенограмма к занятию 5. Как переносится карма. Преподаватели: Максим и Ирина Джабали

(Максим и Ирина Джабали выражают благодарность за подготовку этой стенограммы Бойко Елене, Махине Даше и др.)

Максим Джабали. Всем привет! Привет новым лицам! И там, которые на галерке, тоже. Там, которые сзади сидят, тоже (*перифразировал для переводчицы*). Владимир, а прикройте там окошко, пожалуйста. Итак, у нас с вами последнее занятие этих выходных. Ей! (*танцует, смех*) Как курс наш называется? Как работает карма. И какая главная тема нашего курса?

Зал. Чтобы осуществить свои мечты, нужно полагаться на законы кармы.



Максим Джабали. Супер! Спасибо! И сегодня мы поговорим о том, что понимание того, как работает принцип объекта, субъекта и восприятия, помогает нам создавать более мощную карму. Я поясню объект, субъект и восприятия (*берёт ручку*). К примеру, я даю Ване ручку (*даёт ручку*

переводчице. И они одновременно её держат). Ты так поддержи (*к переводчице*). Где объект? Где субъект? Где восприятия? С моей стороны, если смотреть.

Зал. Объект – ручка. Субъект – Ваня. (*не разборчиво, разные люди отвечают*) Объект, субъект, ну, главный действующий.

Максим Джабали. Так как?

Зал. Объект – ручка.

Максим Джабали. А Ваня?

Зал. Субъект.

Максим Джабали. А я? (*смеётся, ответы из зала*) Всё вот это восприятие? (*смех*) Спасибо (*обращается к переводчице и забирает ручку*). Всё вместе – восприятие. Были дебаты: где объект, где субъект, где восприятие. В общем, субъект обычно считается это тот, кто дает. В случае с ручкой: я – субъект. Объект будет ручка, которую я даю. И моё восприятие того, что я даю ручку – это восприятие. Три вещи.

Зал. То есть Ваня ни при чём.

Максим Джабали. Ваня в целом ни при чем (*смех*).

Переводчица Ваня. Да.

Зал. Субъект, объект. А Ваня кто?

Максим Джабали. Восприя...не...

Переводчица Ваня. Никто (*смех*).

Максим Джабали. Обычно объект – это то, что мы даем. В целом, когда мы говорим про высокий кармический объект, можно еще говорить про объект, которому мы даем. То есть можно рассматривать и то, что мы даем, и то, кому мы даем. Это и то, и другое может быть объектом, в зависимости от контекста. Когда говорят про высокий кармический объект, обычно имеется в виду, кому будут давать. То есть и то, и другое может быть объектом: и ручка, и Ваня как получатель ручки.

Почему мы об этом говорим? Потому что у нас все занятие будет об этом. Мы будем сегодня обсуждать, как вообще переносится карма. Где она хранится. Не знаю, вы никогда не задумывались, а где она реально хранится эта карма? Лена показывает в сердце. Ещё какие идеи есть? Ну вы вообще задумывались или нет?

Зал. Какие-то отсеки.

Максим Джабали. Просто это интересно, что мы изучаем эту карму, 10 этических принципов, как посеять более мощную карму, но где она хранится, мы не изучали. И мы также не изучали, как именно она хранится. Ну, к примеру, на ноутбук, когда мы скачиваем, я не знаю, Excel-таблицу. На этот новый Ирын MacBook прекрасного цвета, Sky Blue называется. Я знаю, она хранится на SSD-диске. То есть на компьютере хранится.

Где же эта карма хранится? Я не знаю как вы, я себе никакие флешки никуда не вживлял, там под кожу или еще что-то. У меня нет там никакой карты памяти (*смеётся*). Они хранятся в памяти или где? Интересно? Это то, о чем мы сегодня будем говорить. Как она хранится и где.

У меня есть карма на определенные занятия (*смеётся*). Некоторые темы я рассказываю, преподаю чаще, чем другие. Вот эта одна из них. По совместительству, одна из моих любимых вообще тем (*смеётся*). Это занятие очень необычное по сравнению с прошлыми занятиями и будущими, оно очень отличается. Потому что мы пойдем реально в детали, как это устроено всё, как вот карма она технически как работает. Поэтому если вы такой человек, который любит вот во всем разобраться досконально, вы попали в нужное место, в нужное время (*смеётся*).

И это интересно, что сначала, когда мы начинаем изучать... До того, как мы изучали семена, мы думаем, что мир работает так, как он работает. Был большой взрыв, есть законы, гравитации, которые помогают ему работать. И затем мы знакомимся с этой системой семян. Кто-то рассказывает о ручке. Кстати, все тут слышали про ручку? Вы знаете? Все слышали? Хорошо.

И мы начинаем говорить, что, например, я не знаю... Что вы сегодня обсуждали на группах мудрости? Слава мне показалось рассказывал что-то там про 1 000 процентов. 3 000 процентов. И что, я не слышал все детально, но я предполагаю, Слав, что ты сказал, что у тебя возшли семена на 3 000 процентов дохода от вложенных средств. И это то, как мы думаем обычно.

Ирина Джабали. Подожди. У нас тут говорят, что презентация видна, а видео не видно.

Максим Джабали. А у нас что включено? Все ок? Хорошо (*уточняет у технической команды*). И обычно мы так и говорим, что у меня есть какая-то, у меня есть деньги, у меня есть какая-то карма денег. И сегодня мы сделаем скачок из школы «Абхидхарма», которую также называют школой «Деталистов». И мы сделаем скачок в третью школу, которая называется школа «Ум только».

Потому что школа «Ум только» говорит, что вы, ребята, вообще все абсолютно неправильно понимали до сегодняшнего дня. Вы не можете сказать, что у меня есть какая-то

карма или у меня есть опыт, где на свои вложения я получил 3 000 процентов. Вы неправильно понимали всю эту историю про карму. Из-за того, что вы неправильно понимали эту историю, вместо 300 000 процентов у вас всего лишь 3 000 процентов. И это то, с чем мы будем сегодня изучать.

В общем, школа «Ум только» говорит, что мы все ошибались очень капитально в том, как мы видим этот мир, даже с точки зрения семян. И они нам сегодня расскажут всю правду. И забегая наперед, высшая школа «Мадхьямика-прасангика», она согласна с тем, что говорит школа «Ум только». Она говорит: вы все правильно говорите, там есть один маленький нюанс, мы его позже изучим, но в целом все правильно.

В этом занятии

- ✓ Как технически наши ментальные семена создают окружающий мир
- ✓ Что об этом думают разные школы
- ✓ Процесс концептуализации
- ✓ Разбираем цитату Будды «Вселенная – ум только»

Что ж, давайте погрузимся в этот увлекательный класс, в это увлекательное занятие. Мы поговорим о том, как технически наши ментальные семена создают мир. Что об этом думают разные школы. Как именно процесс восприятия у нас происходит. И разберем цитату Гаутамы Будды, что «Вселенная – это ум только». Ну что, вы готовы? Погнали? Хорошо.

То, что мы сегодня будем изучать. Мы до этого были в школе «Абхидхармы», сейчас мы переходим на этот урок

переходим в школу «Ум только». Это вас еще больше запутает, но я должен это сказать для записи.

Что вот эта работа вообще, она основана, то, что мы сегодня изучаем, это основано на книге «Полное освещение истинного намерения Срединного пути» Чже Цонгкапы. И это объяснение относится к школе «Мадхьямика-прасангика», к высшей школе. И «Мадхьямика-прасангика» объясняет позицию школы «Ум только», которая как бы ниже класса. Это не суперважно для этого занятия, но я просто хотел это для записи сказать.

Источник этой лекции



Полное освещение истинного намерения Срединного пути
Чже Цонгкапа (1357-1419)

ACI 1.9

4,5 древ. индийск. школы буддизма

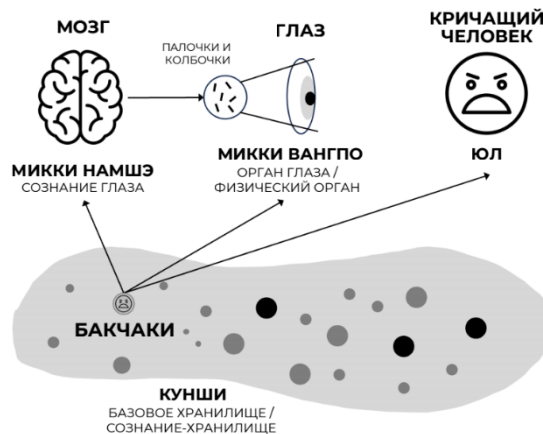
Махаяна (Большой путь) 3й тип мотивации	4 Серединный Путь = Мадхьямика	4.2 Мадхьямика Прасангика = Школа Следствия 4.1 Мадхьямика Сватантрика = Школа Независимых	ACI 3, 6, 7, 10, 11, 12, 14 ACI 2	Группа Следствия Группа Независимых
	3 Школа Ум Только = Читтаматра = Йогачара		ACI 5, 15	Группа Функционалистов
	2 Школа Сутристов = Саутрантика = Школа Логики		ACI 4, 13	
Хинаяна (меньший путь) 1 и 2 типы мотивации	1 Школа Деталистов = Абхидхарма = Вайбашика = Высш. Знание		ACI 5, 8, 9	

Вот эти четыре с половиной школы. Мы будем проходить это снова и снова их. Мы в целом в этом курсе ACI 5 преимущественно в школе «Деталистов» или «Абхидхармы», номер один. И местами мы, видите, вот, например, школа «Ум только», она тоже ACI 5. Потому что частично мы будем затрагивать школу «Ум только» на этом курсе тоже ACI 5.

Так вот, сегодня очень интересный день. Мы сегодня встречались с Ламой Питером на обед. И это занятие, которое он проводил 28 сентября 2014 года. 28 сентября. Вот это занятие по АСИ 5, номер 5, пятое занятие он проводил ровно 11 лет назад в этот день (*аплодисменты*). Мы так не подгадывали, так получилось. После того, как я это ему рассказал, кто-то сзади, мы в кафе были, кто-то грохнул там целую тарелку, по-моему (*смех*). Я думаю, это впервые, когда он преподавал это занятие, как и мы, впервые. И за это время не поменялась эта мудрость, вот что интересно. В целом за все 2 500 лет. И это изображение, которое мы будем сейчас разбирать, его нарисовала Мария Мёртл. И оно было презентовано 11 лет назад. Я думаю, что у нас сегодня очень удачный день, поэтому я такой очень веселый и радостный.



3 Школа Ум Только



Что ж, давайте погрузимся, что там было нарисовано. В общем, что говорит школа «Ум только»? Она утверждает, что наше сознание, они его называют КУНШИ, или базовое сознание. Геше Майкл его сейчас называет холодильник. И что в этом холодильнике на самом деле хранятся все наши семена, что есть такой холодильник. Называется по-тибетски, можете повторить, КУНШИ. В этом КУНШИ хранятся все-все-все наши семена за все бесконечные жизни, которые мы накопили. Вот такой холодильник,

базовое хранилище семян. И там хранятся ментальные семена, которые называются БАКЧАКИ по-тибетски. То есть слово БАКЧАК означает ментальное семя, одно.

И дальше самое интересное происходит. Ваня, а какой сегодня день недели?

Переводчица Ваня. Sonntag.

Максим Джабали. Что-то плохо тебя слышу. Как?

Переводчица Ваня. Sonntag.

Максим Джабали. Громче, можешь чуть?

Переводчица Ваня. Sonntag (*говорит чуть громче*).

Максим Джабали. Еще чуть громче.

Переводчица Ваня. Sonntag.

Максим Джабали. Прямо сильно громче, можешь?

Переводчица Ваня. Sonntag (*ещё громче говорит*).

Максим Джабали. Ваня, ну что ты на меня кричишь? *(смех)* Мы будем разбирать кричащего человека здесь. Сейчас то, что я скажу, я это проговорю в первый раз, и потом мы будем к этому возвращаться снова и снова на этом занятии. И я вам рекомендую затем это занятие переслушать пару раз. И вот что, если будет с первого раза не очень понятно, это нормально, никому обычно непонятно. Если вам вдруг понятно стало – вы исключительный человек. И, скорее всего, вы ошибаетесь, вам не очень понятно всё равно *(смеётся)*.

Вот что утверждает школа «Ум только». Я напомним, все с ними согласны. Высшие школы, они с ней согласны. Эта школа «Ум только» говорит, что мое базовое сознание КУНШИ. У меня даже есть реквизит *(берёт коробочку и достаёт зелёный слайм)*. Мое базовое сознание КУНШИ. Видите, здесь есть эти БАКЧАКИ, семена *(показывает, что в слайме есть какие-то белые штучки маленькие)*. Оно растягивается. Создает сначала мой орган восприятия: глаз. Вот там где-то из базового сознания первым делом, наверное, появляется сознание глаза, это такой термин, который они вводят. Можно сказать, что это как зрительный центр. Видите, тут глазик *(показывает на слайм)*. Вот этот глаз. Сначала сознание глаза, потом глаз создает это базовое сознание. А потом оно растягивается еще дальше *(растягивает слайм)*. И оно создает объект, который мы воспринимаем. Который нам кричит: «воскресенье».

Я еще раз расскажу. Школа «Ум только», и с ней согласна школа «Мадхьямика-прасангика», говорит, что у нас есть вот это базовое сознание КУНШИ. И это не так, что у нас есть какой-то независимый орган восприятия глаз, человек, который от нас не зависит. Нет. Они не существуют снаружи. Школа «Ум только» говорит, что базовое сознание растягивается. Создает сознание глаза. Это вот зрительный центр, можно сказать. Потом создает наш глаз, как орган, который будет это воспринимать, объекты. И потом он создает то, что мы видим, человека, который кричал нам: «воскресенье».

И если у вас возникает сейчас вопрос: это что, я только что смотрел на себя, получается? Потому что это ж как бы моё сознание. Это именно то, что утверждает школа «Ум только». Школа «Ум только» говорит: ребята, вы думали, что существуют какие-то внешние объекты, столы, стулья, Ваня, я тебя в множестве не могу сказать, одна единственная Ваня. Вы ошибаетесь, ребята. Это ваш ум, это он растягивается и создаёт этот объект. По сути, это не внешний объект по отношению к вам. Это и есть ваш ум. Вы смотрите на какую-то часть своего ума.

То есть, как я раньше думал, например. Ну, к примеру, я был когда в Киеве, когда я впервые это занятие преподавал. У меня там тоже был ремонт. И я думал, что это какой-то вот этот сосед опять затеял ремонт, когда мне надо медитировать, да сколько можно уже. И ощущается, что здесь где-то сижу, я медитирую. И где-то там, в соседней квартире, сосед делает ремонт дрелью. Сначала мне казалось, что он вообще ко мне не имеет никакого отношения, просто вот такой плохой человек. Затем я стал изучать семена, я стал думать: ну, из-за того, что я посеял семена, пришел такой человек и начал сверлить. Грубо говорил с другими людьми. Школа «Ум только» говорит: ты неправильно все понимал, дорогой Макс. Это не так, что там, где-то есть какой-то сосед, который сверлит свою стену. Это твое базовое сознание, КУНШИ, растягивается *(берёт слайм и растягивает его)*, создает сознание глаза, создает сам глаз, мой глаз; в моем случае еще и уши, потому что я его слышал; и создает этого самого соседа, который сверлит свою стену. Это не внешние по отношению к тебе объекты, это и есть ты. Это и есть твой ум.

Школа «Ум только», ее революционное заявление, что она утверждает: нету никаких внешних объектов, их не существует *(кладёт обратно слайм)*. Сознания глаза у меня

вывалилось (*показывает маленькую крошку из слайма, которая осталась у него в руке. Смеётся*). Школа «Ум только» утверждает, что это и есть наш ум. Просто он растягивается и создает объекты, которые, кажется нам, существуют снаружи нас. Это достаточно революционное заявление, я бы сказал. Не знаю, как для вас, ребята? Или так вам и казалось раньше, до того, как вы на это занятие пришли? (*смеётся*) Для меня это было очень революционное заявление. Потому что, что буквально утверждает эта школа «Ум только» – что нету внешних объектов, я всегда смотрю на продолжение своего ума. Это хорошо с хорошими вещами. Например, когда я смотрю на Иру, которую я люблю, конечно, я рад, что у меня есть такое продолжение моего сознания. Но затем я возле дома прохожу возле человека, который плохо пахнет. И я думаю: ну это точно не часть моего сознания. И школа «Ум только» говорит, что это ошибка, ошибка так думать.

И было бы прикольно, если бы это была просто какая-то теория, которая характерна только для школы «Ум только», а все остальные говорят, что это не так. Но дело в том, что высшая школа «Прасангика» говорит: абсолютно верно, вы всё правильно говорите. И у этого есть много последствий. Ну, во-первых. Первое следствие – то, что «Ум только» школа утверждает, что объект, субъект и это восприятие – они происходят из одного семени, из одного ментального семени. Ну, к примеру, если я даю ручку (*берёт ручку и слайм*), то я, это мое базовое сознание, все еще оно растягивается, создает меня, создает ручку и создает глаз, и создает мое восприятие ручки. И это все одно ментальное семя.

Это не так, что у меня есть карма, 3 000 процентов получать от своих инвестиций. Потому что, когда я говорю: у меня есть карма, – это я субъект; карма, о которой я говорю – это объект; и мое восприятие кармы – это «есть», слово «есть» обозначает. Я как бы разделяю, что есть отдельно какие-то семена меня, семена восприятия денег, какие-то деньги, карма. Но, школа «Ум только» говорит, ты не прав, парень. Ты и есть эти деньги, ты и есть это восприятие. Весь мир, который ты считал внешним, который напрямую не связан с тобой, может быть какие-то события тебе не нравятся, или нравятся, неважно, это все и есть ты, это все твое сознание растягивается. Поэтому, когда мы, например, не платим налоги, у кого мы воруют? (*зал отвечает*) У себя. Это не то, что мы каких-то других людей обделяем. Это наше сознание, мы сами у себя подворовываем.

Я поясню. Не надо тут в крайности вступать, что типа ничего не существует, еще что-то. Всё существует. Просто оно существует не так, как мы думали раньше. Ничего не поменялось за один день от того, что вы узнали это объяснение. Просто все чуть-чуть по-другому работает, вот что заявляет школа «Ум только».

Итак, это первый вопрос нашей домашки, который звучит: согласно школе «Ум только», когда вы видите что-то, это происходит потому, что две вещи возникают одновременно из одного кармического семени, которое было посажено в уме ранее. Назовите эти две вещи. Есть идеи? Первое, что возникает там из КУНШИ? (*ответы из зала*) БАКЧАКИ – это семена вот эти. Что там следующее дальше? (*ответы из зала*) Сознание глаза вот это. МИККИ НАМШЭ по-тибетски. То есть сознание глаза, можно сказать, что это мозг или зрительный центр.

Я учился на факультете психологии, мы проходили предмет, у нас такой был: ощущение и восприятие. В общем, на этом предмете нас учили, что у нас есть внешние объекты. Ну, к примеру, ноутбук. У нас есть зрительный орган чувств, то есть глаз. У него что есть там сзади? Есть тут медики или психологи? Позади глаза. (*ответ из зала*) Нервные окончания, а что там конкретно? Две вещи там есть. Палочки и колбочки, верно. Тоже училась на психологии?

(обращается к участнице из зала) Вы тоже проходили этот предмет? Вот этот предмет у вас был, где ощущение и восприятие, как мы именно воспринимаем вещи?

Переводчица Ваня. Да, она учила. Это психология *(переводит слова участницы из зала)*.

Максим Джабали. Я не один такой *(смех)*. Палочки и колбочки воспринимают цвета и формы. Так же прикольно звучит, как по-русски кстати *(про немецкий перевод палочки и колбочки. Смех в зале)*. Они воспринимают цвета и формы. Дальше по нервным путям. В случае глаза, из глаза недалеко в мозг попадают. В мозге это дешифруется, потому что это была закодированная информация, она расшифровывается. И у нас возникает восприятие в этот момент. То есть, то было ощущение физическое. И вот у нас возникает восприятие. Вот этой картинки зрительной, образа.

Поэтому вот эта школа «Ум только» очень похожа на моё ощущение и восприятие. Она говорит, что да, у нас есть вот это базовое сознание, КУНШИ. Оно создает сначала вот этот зрительный центр, МИККИ НАМШЭ, сознание глаза. И потом сам глаз, как орган чувств. Это и есть ваш ответ в первой домашке. Сознание глаза и физический орган глаз.

Сейчас вы, ребята, сидите и думаете: хорошо, что он нас предупредил, что это с первого раза всё не должно быть идеально понятно, слава Богу *(смех)*. Сколько раз надо об этом услышать, чтобы так веселиться, как он? *(смеётся)*

Так, второй вопрос. На что, согласно школе «Ум только», вы смотрите на самом деле, когда думаете, что смотрите на способность вашего глаза видеть, а также на внешние физические формы? Вы знаете, на что? *(ответы из зала)* Да, мы смотрим на кричащего человека, но на что конкретно? Давайте вернемся. На самом деле мы смотрим на что? *(снова берёт слайм и растягивает его. Участники из зала начинают отвечать)* Давайте по порядку. На первое, что у нас там? Вот это вот. На КУНШИ. Которая проявляется как? Что у нас там дальше? Сознание глаза. БАКЧАКИ хранятся в КУНШИ. То есть, когда мы говорим, что КУНШИ что-то создает, это имеется в виду совокупность этих всех БАКЧАКОВ, КУНШИ. И в продолжение, как что? *(растягивает слайм до переводчицы)* Как другого человека, как кричащего человека, которого мы видим. Здесь в ответах вам будет сказано просто внешние формы, которые вы думаете, что вы видите.

И тут есть много чего интересного. Я хотел вам процитировать немного Геше Майкла оригинальное занятие. Ну, например, Геше Майкл говорит, что вот эта школа «Ум только», она утверждает, что БАКЧАК создает сознание глаза, которое выглядит как способность вашего глаза видеть, воспринимать что-то. Способность вашего глаза видеть. И вы трактуете это как свой глаз. Для меня это, например, интересно, особенно через лет 9 или 8 после того, как я впервые проходил этот АСИ 5. Мне было интересно: а почему вообще у людей есть органы чувств. Например, на АСИ 8 мы будем проходить разные типы живых существ. Не у всех есть те же самые органы чувств, которые есть у нас. У некоторых вообще нет ни одного. Легко ли вам это представить? Я все еще думаю, что это не сложно, потому что в нашем мире есть тоже люди, у которых нет одного, двух, трех, четырех органов чувств. Верно, есть и слепые, глухие, разные варианты есть. И вот интересно, что вот в этом «Колесе жизни», который мы проходили на прошлом курсе, мы изучаем, что органы чувств, они создаются из-за того, что нам кажется, что объекты, которые мы воспринимаем, они внешние по отношению к нам.

Я не знаю, насколько странно это для вас звучит, но я об этом думал. Я думал о том, что: если все происходит из меня, это все мои семена, зачем вообще мне нужны органы чувств? Я бы мог видеть с закрытыми глазами, слышать с закрытыми ушами, это ж всё мои семена, они из

меня происходят. Не знаю, вы об этом не задумывались никогда? Ну, потому что я думаю, это то, как существуют сверхспособности, ясновидение, например. Я рассказывал как-то историю, один раз я потерял загранпаспорт в Гонконге, и это целое дело. Там нет посольства Украины. То есть там, чтобы вернуться домой это целое дело. Ты должен писать в посольство Украины в Китае письмо, тебе должны присылать временное разрешение на выезд, это целая история. Подруга потеряла паспорт, не я. Моя подруга потеряла паспорт, не я лично. И она созвонилась с ясновидящим из Казахстана, в которых я тогда не верил вообще никак до того момента пока он просто не описал место, где лежит паспорт. И он сказал, что это место находится возле железнодорожных путей. И что там рядом очень много потерянных вещей, что это как будто склад утерянных вещей. И он описал место, где мы его потеряли. И оказалось, что это был автобус, на котором мы ехали. Подруга просто доставала что-то из рюкзака и видимо выронила паспорт. И мы нашли этот автобус, позвонили в бюро утерянных вещей, и они сказали: да, ваш паспорт у нас, приезжайте и забирайте. Мы приехали и забрали (*смеётся*). Как этот парень увидел? Он был в Казахстане. Как он увидел в Гонконге, где там чей паспорт лежит?

Так вот, вот эти органы чувств, они создаются семенами из-за нашего неправильного понимания, как существует мир. Благодаря органам чувств мы убеждаемся: да, этот мир существует, вот так вот, на меня (*показывает рукой от зала на себя*). Так вот, Геше Майкл говорит, что вот этот глаз, это и есть эманация вот этого КУНШИ, нашего базового сознания, это и есть эманация, то есть проявление. И что КУНШИ – это место, где находятся БАКЧАКИ, вот эти вот точки (*показывает на слайме*). И именно из-за того, что они там находятся и растягиваются, они и создают эти все внешние объекты, которые нам кажутся внешними. Некоторые семена уже всходят у меня, безвозвратно (*смотрит на отвалившуюся точку из слайма, смех*). И есть только ум и нету внешних форм.

Переводчица Ваня. Что есть?

Максим Джабали. Ум. Ну это может звучать пугающе, я понимаю. Но пожалуйста, после этого занятия никто не выходил в окно, что мир не существует, чтоб такого не было, хорошо? Онлайнеры, я к вам тоже. Люди существуют. Когда вы целуете своего партнера или ребенка, вы не целуете сами себя, все нормально. Они происходят из наших семян, ничего не поменялось. Но этот человек к вам, он по отношению к нам, он ближе, чем мы думаем. Можно сказать, родная кровинушка (*смеётся*). В том смысле, что это правда, это продолжение нашего сознания (*берёт слайм и растягивает его*). И то, почему мы видим этого человека, это потому, что вот это наше базовое сознание, оно создало... Что там у нас? Сначала вот это сознание глаза, МИККИ НАМШЭ. А потом и орган, сам глаз, который МИККИ ВАНГПО по-тибетски называется. Но я не хочу вас еще больше путать. И так вы бы видели свои лица, как они выглядят с моей стороны (*смех*). Мое сознание глаза, тут творит такие вещи (*смеётся*).

Вот еще заметка от Геше-ла, как вы становитесь просветленным. Интересно? Геше Майкл говорит: вы сажаете правильные БАКЧАКИ в своё КУНШИ. То есть даете другим людям деньги, правильно себя ведете, следуете десяти эстетическим принципам. И в результате вы видите себя бессмертным божеством в раю. И все БАКЧАКИ должны быть такими, чтобы вы смогли в результате воспринять самого себя как божество. Не только мысли, но и слова, и поступки. Вот почему нравственность является основой для просветления.

Третий вопрос. Объясните, как согласна школе «Ум только» сеются ментальные семена из кармы, где затем они хранятся, и что с ними происходит, до того времени, как они приведут к своим последствиям. Об этом мы не говорили. Но это не самая сложная вещь. В общем, школа «Ум только» говорит, что вот эти БАКЧАКИ, они хранятся в нашем КУНШИ, в базовом

3 Школа Ум Только

Откуда берется?

Где хранится карма?

Как всходит?

в базовом сознании

тиражируя себя от момента к моменту, и передавая свою энергию из каждой своей более старой формы в каждую более новую.

сознании. И они как бы себя тиражируют от момента к моменту. То есть как бы энергию того, чем эта семя являлось в текущий момент, оно передает энергию семени, которое в будущем будет. То есть можно представить...

Это очень интересно. Просто КУНШИ, есть большой дебат, оно физическое или оно ментальное. То есть вот этот наш

холодильник семян, как и ментальные семена, они физические или ментальные? Вы как думаете, кстати? *(ответы из зала)* Ментальные. Еще кто как думает? Катя сидит и думает: какой-то вопрос с подвохом. Ты как думаешь? *(ответ из зала, не слышно)* Катя говорит, если я могу о чем-то подумать, значит это физическое, а не ментальное. Еще есть идеи? Физическое, ментальное. Как Инна *(к участнице из зала)*? Без алмазных сделок. *(ответы из зала)* Катя пытается на двух стульях усидеть *(смех)*. Пока не раскрылась, говорит еще ментальное, но когда раскрылась, уже физическое. И одна Катя там стоит гордо, вот так вот *(показывает, скрестив руки на груди)*, вы б ее видели: а я знаю, правильный ответ *(смех)*. Кстати, Катя, руководитель клуба дебатов. Если вы хотите научиться дебатировать, это к Кате. Это очень классный навык. В общем, ребята, я спешу вас расстроить, оно не физическое и не ментальное. Это так же, как говорят, это ручка или жевательная игрушка *(берёт ручку)*. Оба. И то, и другое. Для щенка это жевательная игрушка, а для меня – ручка. Так вот, оно не физическое и не ментальное, потому что оно как энергия, как потенциал. И вот эти семена, БАКЧАКИ, они тиражируют себя к старой форме, к новой форме. Есть ли вопросы по этой части? *(смеётся)*

Зал. Как они себя тиражируют?

Максим Джабали. Я не знаю, надо у них спросить *(смеётся)*. Я не знаю, но это моя догадка, Юль. Я думаю, что благодаря нашей осознанности. Благодаря тому что у нас есть вот это сознание, осознанность, и она постоянно продолжается, наши семена тоже вынуждены продолжаться. Я так думаю, потому что Будда не воспринимает себя человеком. Он видит себя просветленным существом. Но это ведь не значит, что вот эти старые семена, которые он сеял, они ж не все раскрылись, не может быть такого, чтобы все семена раскрылись, их бесконечное количество. Но, очевидно, то, как он их видит, это как-то по-другому, чем я вижу себя и свои прошлые поступки. Спасибо. Еще есть вопрос? В общем, ребят, я вам реально рекомендую об этом подумать, может быть, послушать еще пару раз вот эту часть хотя бы занятия. Потому что это классная концепция, которая верная, как бы с ней согласна высшая школа, и о ней надо подумать.

3 Школа Ум Только

Откуда берется?

Где хранится карма?

Как всходит?

благодаря нашему осознанию того, что мы делаем, говорим, думаем

в базовом сознании

тиражируя себя от момента к моменту, и передавая свою энергию из каждой своей более старой формы в каждую более новую.

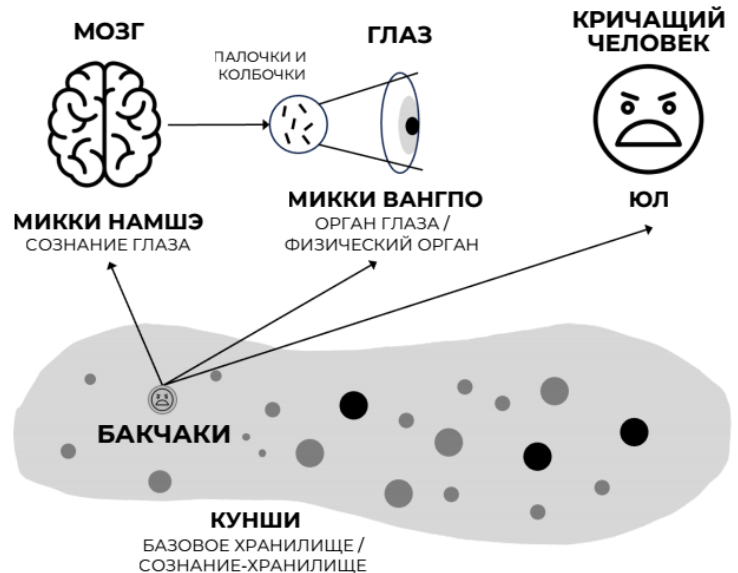
Когда наступают благоприятные условия,

ментальное семя созревает в восприятие чего-либо

Еще две вещи для вашего правильного ответа. Это вопрос номер три. Откуда берется? Благодаря нашему осознанию того, что мы делаем, говорим и думаем. То есть в том смысле, что карма берется, мы накапливаем карму благодаря своим действиям, словам, поступкам. Надеюсь, это для вас не новость, правда? И чем более мы осознанны, чем более мощный

кармический объект, наша мотивация, тем более мощное будет семя. Я рад, что первый раз я увидел на этом занятии, кто-то покивал, это мы знаем, это мы проходили (*смех*). И как всходят семена, как всходит карма? Когда наступают благоприятные условия. Ментальное семя раскрывается и создает восприятие чего-то, что мы воспринимаем.

Итак, последнее перед перерывом, что я вам скажу. Самое главное, что вам надо запомнить – это вот эту картинку, что есть, которую нарисовала Мария Мёртл, спасибо ей. Что школа «Ум только» утверждает, что у нас есть вот это базовое сознание, КУНШИ. Вот эта штука (*берёт слайм*). Можете купить себе тоже слайм и смотреть на него, он вам будет напоминать об этой идее. Этот КУНШИ создает сознание глаза, то есть наш мозг, зрительное восприятие, зрительный центр. Создает сам орган, глаз. И создает объект, который мы видим, который кричал нам «воскресенье», например. Это не отдельные вещи, это все и есть вот это одно базовое сознание. Добро? Хоть сейчас можете кивнуть? (*смех*) Хорошо? 10 минут перерыва до 45 минут. Спасибо, Ваня, отличный перевод.



ACI 1.9

4,5 древ. индийск. школы буддизма

Махаяна (Большой путь) 3й тип мотивации	4 Серединный Путь = Мадхьямика	4.2 Мадхьямика Прасангика = Школа Следствия	ACI 3, 6, 7, 10, 11, 12, 14	Группа Следствия
		4.1 Мадхьямика Сватантрика = Школа Независимых	ACI 2	
	3 Школа Ум Только = Читтаматра = Йогачара		ACI 5, 15	Группа Функционалистов
Хинаяна (меньший путь) 1 и 2 типы мотивации	2 Школа Сутристов = Саутрантика = Школа Логики		ACI 4, 13	
	1 Школа Деталистов = Абхидхарма = Вайбашика = Высш. Знание		ACI 5, 8, 9	

Ирина Джабали. Мы можем начинать, правильно? Мы в онлайн? Супер. У кого нет такой чудесной таблички с четырьмя с половиной школами (*показывает лист с табличкой*)? Оль, дашь Ане такую табличку? У всех остальных есть, да? Давай, пусть будет под рукой. Что с ней делать? Хороший вопрос (*смеётся*). Она создана для того, чтобы нам было легче, немножко легче переключаться между этими всеми четырьмя с половиной школами. Чтобы

мы могли не только ментально прыгать между ними, но и как-то хотя бы физически запоминать, в какой они последовательности, к каким группам относятся и так далее.

Все эти школы преподавал Будда, мы помним, да? И каждая школа, она стоит на плечах предыдущих школ. Не то, чтобы какая-то школа такая совсем не важная, можно не учить ее. Они все для нас полезны, потому что они неким образом отражают то, как мы привыкли мыслить. И когда мы это изучаем, когда мы это рассматриваем, мы лучше понимаем, мы лучше понимаем: а, вот оказывается так я думал. И дальше постепенно мы также изучаем, что в этих школах не совсем так. То есть как бы мы таким образом подсвечиваем какие-то не очень верные идеи в нашем уме. Подсвечиваем, выделяем желтым маркером.

Я подытожу то, что говорил нам Максим. Вот у нас есть низшие школы, 1 и 2. И тут приходит к нам третья школа, школа «Ум только». И она говорит более низким школам. Я буду

от нее вещать. Говорит: «Ребят, вы вообще-то неправильно понимаете всё. Вы неправильно понимаете, как вообще работает карма. Вы, значит, думаете, что когда вы смотрите на стакан, то вы видите как бы ментальные... то стакан это кармические... господа, стакан – это ментальные семена. Но это не так. Карма не так работает». И вот, значит, они нам начинают рассказывать, как работает карма. И она говорит: вот, ментальные семена, это всё схема, которую вы до этого видели. Эти все ментальные семена, БАКЧАКИ, новые слова. И эти ментальные семена должны где-то храниться. И где они хранятся? В этом слайме (*берёт слайм*). В КУНШИ. И когда мы видим перед собой человека, который кричит «воскресенье». Ну или человека, который начинает устраивать с нами какие-то разборки. В этот момент из одного семени сразу три вещи произрастают. Собственно, мое сознание, моя ментальная способность осознавать что-то. Моя физическая способность что-то воспринимать, в данном случае на примере глаза. И, собственно, человек, кричащий «воскресенье». Все три в одном. Три из одного семени. Вот можете, кстати, запомнить, «Ум только» – три в одном (*смеётся*). И вот здесь мы делали на примере глаза, лишь для упрощения.

Переводчица Ваня. На примере глаза что?

Ирина Джабали. На примере глаза, только для упрощения. То есть то же самое касается слуха и остальных органов чувств. Все четыре с половиной школы буддизма, они согласны с тем, что у нас есть шесть органов чувств. «Ум только», кстати, говорит, что есть ещё два, и вот этот КУНШИ – это один из них. И, на мой взгляд, это что-то похожее, что в западной терминологии мы говорим «подсознание». Но это моя интерпретация. Что вот это КУНШИ, вот эти БАКЧАКИ в КУНШИ – это как наше подсознание. А теперь мы рассмотрим это немножко в другой формулировке. То есть, есть БАКЧАКИ. Когда БАКЧАКИ эти раскрываются, прорастают – они производят некоторые события в сознании, которая выглядят как осознанность. Это выглядит как функция глаза; как объект, на который вы смотрите; и выглядит как весь этот процесс смотрения на объект. И тут я попыталась подчеркнуть слово «выглядит». Это кармическое семя, вызывает в некоторый момент в сознании.

Переводчица Ваня. Вызывает?

Ирина Джабали. Вызывает момент в сознании, где вот это хранилище начинает выглядеть для нас как, ну и в целом этот процесс, как функция зрения. И Максим уже об этом говорил, что это всего лишь часть нашего сознания, которое смотрит на самого себя. И это позиция высшей школы и позиция срединного пути. Школа 4.2 «Мадхьямика-прасангика». Уже самая высокая, выше некуда (*смеётся*). Она говорит: мы согласны, что БАКЧАКИ существуют. Тут никаких проблем нет. Но вот это вот КУНШИ, о котором вы школа «Ум только» говорите, вот его не существует, мы не согласны. Школа «Ум только» спрашивает: так, хорошо, ладно, а где вообще тогда хранятся эти ментальные семена? Вы говорите, что ментальные семена есть. Где они хранятся, если нет этого хранилища?

4.2 Мадхьямика Прасангика
= Школа Следствия

Семена хранятся в «тебе», который существует,

«тебе», которого ты воспринимаешь в силу своей кармы,
когда смотришь на свои собственные части

~~КУНШИ~~



Что отвечает «Мадхьямика-прасангика», как думаете? Они говорят, что ментальные семена находятся в неисследованном, неосознанном «я». В том, что ты называешь собой. Вот оно. Если сказать это кратко, то что здесь написано. Короткий, но довольно глубокий ответ: что они находятся в вас.

Геше Майкл на своем занятии говорит

своим студентам: «вы думаете обо мне, как о потоке сознания. И вы на этот поток сознания наклеиваете ярлык «ты». Вот там семена и хранятся». Еще он во время лекции тоже сказал, что может быть так, что вы не сможете понять это долгое время (*смеётся*). Поэтому надо с этим чуть-чуть побыть, повариться. Послушать в разное время, в разные свои состояния. И однажды оно зайдет достаточно глубоко.

Я добавлю от себя. Вот эта вся тема, на мой взгляд, она связана между... Она о том, где нахожусь я, а где другой. Где вот это мое «я» начинается и где оно заканчивается. Вот тут вроде бы «я» тут. Мне кажется, моему уму все понятно. Вот же «я». Могу себя потрогать, «я». А как насчет тут? (*дотрагивается до переводчицы*) Это «я» еще или уже не «я»? И в целом это то, почему карма работает. Потому что у нас есть это разделение между «я» и «другой». Ну вот такие у нас водные условия. В такой сансаре мы живем. Итого, подытожу, что говорит «Мадхьямика-прасангика». БАКЧАКИ пребывают в нашем потоке ума. В том, что я называю собой.

Вопрос номер пять домашнего задания. Хотя вот эта «Мадхьямика-прасангика», самая высшая школа, и не соглашается с тем, что КУНШИ существует. Они все еще соглашаются, что наш ум воспринимает объекты процессом концептуализации. Концептуализации, да. И мы сейчас туда и пойдем. Как вы думаете вообще, что вы видите на этой картинке? Что думаете на картинке? Что видите? (*ответы из зала*) Так, фотоаппарат, части фотоаппарата, разобранный фотоаппарат, детали, камера. Еще какие-

4.2 Мадхьямика Прасангика
= Школа Следствия



4.2 Мадхьямика Прасангика
= Школа Следствия



то версии? Ну, из вас никто, по крайней мере, не сказал, что это пингвин, например, или банан. Когда вы смотрите на эти части, что заставляет вас говорить, что это фотоаппарат?

Вы же не эту картинку увидели? Вы посмотрели на какие-то части и почему-то вы сказали фотоаппарат или детали фотоаппарата. Но даже когда мы говорим, что это детали фотоаппарата, все равно там уже фотоаппарат присутствует. То есть как будто бы, если

рассмотреть этот процесс очень быстро, как будто наш ум такой бросил взгляд на детали и быстренько как-то это собрал всё в фотоаппарат. Ага, вроде собралось в фотоаппарат. Ну да, наверное, это фотоаппарат.

И то, что говорит здесь вот эта самая высшая школа 4.2 «Мадхьямика-прасангика» или в домашках у вас школа «Следствия», мне кажется, называется. И мы вообще-то с ними соглашаемся. Что наш ум смотрит на собрание частей, собирает это во что-то, в какой-то объект

и затем воспринимает это как действительный объект. И то, что мы проделали, назвав эти детальки фотоаппаратом, это и есть процесс концептуализации. По-тибетски это TOKPE TAKTSAM. Давайте вместе TOKPE TAKTSAM.

Здесь на примере и в чтениях вы найдете пример не на фотоаппарате, но на автомобиле, на машине. Вот как это происходит. Ум смотрит на собрание частей, которые могут разумно восприниматься как машина, как автомобиль. Организует эти части в такую очень совершенную ментальную картинку. И затем такой: «О, я молодец. Всё. Это автомобиль». То есть он эту ментальную картинку воспринимает за сам автомобиль. И это и есть этот процесс концептуализации TOKPE TAKTSAM. И вы можете в самом деле выйдя из этого занятия, понаблюдать за своим умом: бывает ли, как бы видите ли вы, замечаете ли вы за вашим умом, что вот этот ум собирает части в один объект и принимает это за что-то? Всё, можно расслабиться. На этой части мы с четырьмя с половиной школами закончили. Фух.

4.2 Мадхьямика Прасангика
= Школа Следствия

Процесс концептуализации:

རྟོག་པས་བདག་ཙམ།
tokpe taktsam

Ум **смотрит на собрание частей**, которые могут разумно восприниматься как «машина»,

организует эти части в совершенную ментальную картинку машины

Затем **воспринимает это как машину** (ум принимает эту картинку за «машину»)

❀ “Вселенная – ум только”

1) опровержение того, что она могла бы быть продуктом чего-либо еще (например, существа-создателя)

2) подчеркивание, что ум – единственный источник благодаря его роли в создании и созревании кармы

У нас остался последний, шестой вопрос. Супер маленькая тема. Значит, в сутрах часто упоминается, ну ладно, может быть не часто, но иногда упоминается цитата Будды, что вся Вселенная и всё в ней есть ум только. Вся Вселенная и всё в ней есть ум только. Школа «Ум только» обрадовалась. Такая: ну ладно, всё, нет никаких физических объектов, ум только. И в этом шестом вопросе спрашивается, говорится, объясните, что

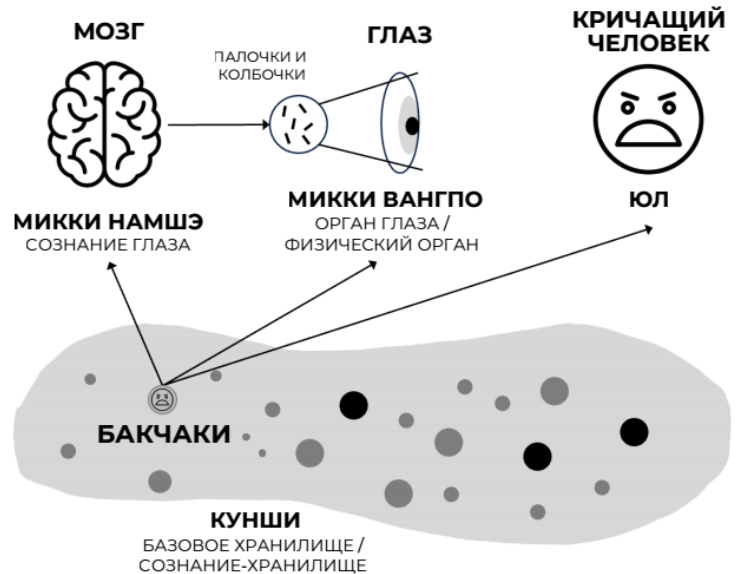
именно имел в виду Будда. Кстати, у нас когда-то однажды будет ACI 15, и он называется «Что на самом деле имел в виду Будда». И там мы будем как раз детально разбирать, где он имел в виду что-то буквально, а где что-то фигурально. Фигурально в том смысле, что в переносном значении. На мой взгляд, мы очень много вещей неправильно трактуем. Может быть, от этого есть много всяких споров или непонимания тех или иных вещей. И это очень классный курс, который как раз рассказывает о том, как что трактовать, интерпретировать. И тут, собственно, вопрос: так что в виду имел Будда, когда говорил, что вся Вселенная и всё в ней – это ум только? И тут двухсторонний ответ. Значит, этой фразой Будда опровергает, что Вселенная могла быть продуктом создания, например, какого-нибудь творца, создателя. И вторая часть, в положительном смысле, происходит подчеркивание того, что именно ум – единственный источник, откуда всё происходит.

Ура! Финальный слайд. Мы сегодня поговорили о том, как технически наши ментальные семена создают окружающий мир. Рассмотрели это согласно разным школам. Познакомились, что такое процесс концептуализации. Разобрали цитату Будды, одну из.

Итого, что прошли

- ✓ Как технически наши ментальные семена создают окружающий мир
- ✓ Что об этом думают разные ш
- ✓ Процесс концептуализации
- ✓ Разбираем цитату Будды "Вселенная – ум только"

схема на кухне нам как-то не особо помогает. Но какое практическое применение, что нет этого ЮЛА, этого кричащего человека? Как мы можем это практически применить? Геше Майкл приводит очень классный пример. Не в рамках этого курса, но на одном из Ламримов в Мексике, мне кажется. Он говорит, представьте, что вашу ногу... Вы там наступили куда-то и туда попала заноза.



Переводчица Ваня. Попала что?

Ирина Джабали. Попала заноза. Ну что тебе ничего в ногу не впивалось (*к переводчице*)? Что-то впилося в ногу. И вот у вас нога болит, вам больно наступать. И в этот момент ваша рука раздумывает (*поднимает руку*). Ну нога-то там внизу, я тут наверху. В принципе, у меня в руке ничего не болит (*смеётся*). Никакой проблемы у меня тут наверху вообще-то нет. Я напрямую с этой ногой никак не связана. Это проблемы ноги, что у нее что-то болит. Представьте себе такой диалог внутри вашей руки и ноги. Звучит странненько. Вопрос на 50 евро. Мне нравится, что Максим поднимает руку еще до вопроса (*смех*). Почему нам стоит помогать другим людям? По руке поднятой. Что-то говоришь? Юля, давай, приходи к микрофону. Сейчас сделаем.

Зал. Ну, мне хочется сначала сказать, каким другим?

Ирина Джабали. Не важно.

Зал. Нет, я ж и говорю ответ: каким другим? Там нет других в том плане, что это продолжение меня всё есть.

Ирина Джабали. А дальше переводы (*к переводчице*).

Переводчица Ваня. Я не слышала.

Ирина Джабали. Скажешь еще раз?

Зал. Каким другим? Что там по факту нет никого другого. Это продолжение меня.

Ирина Джабали. То есть Вани тут нет (*дотрагивается до переводчицы*)?

Зал. Есть.

Ирина Джабали. Поясните (*смеётся*).

Зал. Отвечает

Ирина Джабали. Рука и нога. Нет. Это все продолжение меня. Нет разделения между рукой и ногой. Другая форма (*аплодисменты*). Поздравляем. У Оли 50 евро. Пожалуйста, 50 евро. Вообще, Геше Майкл задал этот вопрос и пообещал за него 1 000 долларов, да, Макс? Самая большая награда, которую он когда-либо предлагал – то, что Макс слышал. Так что кто думал так же, в принципе, могли бы заработать 1 000 евро, если бы там были. 1 000 долларов. Почему следует помогать другим людям? Потому что другие люди и есть мы. Потому что, помогая другим людям, на самом деле мы помогаем себе (*аплодисменты*). Я не знаю, что добавить. Мне кажется, это самое красивое завершение первой части курса, которое только может быть. Если это единственное, что вы вынесете из этого курса, мы уже будем самыми счастливыми с Максом и с Олей людьми на Земле. Если вы действительно будете двигаться из этого состояния, помогать другим людям, из этого желания помочь другим людям. Конечно, если еще будете высоким кармическим объектам помогать. С особой экстраординарной мотивацией, о чем мы говорили на четвертом занятии. Всё. Давайте чаще помогать другим. Йе! Хочется захлопнуть крышку ноутбука, но ноутбук жалко (*смех*). У нас осталось время на вопросы, если они есть. Ну-ка поддержи. Я сниму микрофон (*обращается к Максиму и отдаёт стакан с водой*).

Максим Джабали. Можно задавать личные вопросы. Можно задавать вопросы по АСИ курсам. Можно из других категорий. У Юли вопрос.

Зал. Что заставляет семя раскрыться?

Максим Джабали. У Геше Майкла на уроке точно такой же был вопрос, я сегодня его переслушал. И он говорит, что в целом карма входит поочередно. То есть по мере того, как мы сеяли... То есть то, что мы сеяли раньше, должно взойти раньше, чем то, что мы сеяли позже. Но то, что может влиять на порядок – это то, с какой мотивацией мы сеем семя. Что Катя с Олей рассказывали на своем занятии. По отношению к какому объекту, то есть мощный он или нет, мы совершали действия. Это влияет на то, в какой очередности взойдут семена. Поэтому для хороших семян, если мы хотим, чтобы они взошли пораньше, хорошо их делать с сильной мотивацией по отношению к сильному объекту. Спасибо. Катя хочет? Не может быть (*смеётся*).

Зал. Что вы делаете, когда вам не хочется помочь какому-то человеку? Может быть, вы завидуете ему, или, не знаю, какие-то у вас неприятные чувства, и вот не хочется вам. Как вы ведете себя в таком случае?

Максим Джабали. Я думал, Катя хочет добавить что-то от себя, а она вопрос хочет задать (*смех*). Вот это неожиданно. Вот это было неожиданно (*смеётся*). Что делать, когда не хочется помогать, когда я завижду?

Зал. Да. Вот не приятные чувства к человеку, вот не хочется помогать. Вроде понимаю, что нужно, но не хочется.

Ирина Джабали. У меня есть в подписках, в инстаграме люди, которые меня бесят (*смеётся*).

Переводчица Ваня. Бесят?

Ирина Джабали. Бесят, раздражают (*смех*). Мне нравится, что ты не знаешь некоторые слова, например, там, кочки на дорогах. Я сразу представляю, в Болгарии нет кочек, нет никаких заноз, ничего не бесит.

Переводчица Ваня. Но я не живу в Болгарии, я живу в Вене.

Ирина Джабали. Ну раньше, раньше (*смех*).

Максим Джабали. И они есть тут, эти люди, на которых Ира подписана (*смех*).

Ирина Джабали. К некоторым я из них испытываю зависть. К счастью, я научилась вот с завистью, я научилась отслеживать, что: ага, у меня есть раздражение, я, похоже, завидую их успеху или чему-то еще. Но я от них не отписываюсь. Я тренируюсь на них (*смеётся*). Я реально рассматриваю в перспективе времени, потому что не всегда очевидно, что конкретно мне не нравится в человеке. Как будто просто человек такой, сам по себе, бесящий, раздражающий. И чтобы нащупать это, чтобы понять, – я не отписываюсь, а наблюдаю во времени. Некоторые люди, я так на них пять лет могу быть подписана (*смеётся*). Поэтому, если они меня не настолько сильно раздражают, что прям я видеть их не могу, я их оставляю и продолжаю наблюдать за своим умом. Вторая часть моего ответа – это когда мне не хочется конкретно помогать кому-то. Как правило, это происходит, когда у меня есть какие-то глубокие ментальные омрачения. Чаще всего это, наверное, усталость, когда у меня много всего. И я своим сознанием смотрю на себя, на свое «я». И понимаю: ну не выгребая я помочь им, не в силах я помочь сейчас другому. Но даже сама-то мысль у меня есть такая, что не могу, не хочу. Когда у меня все хорошо будет с настроением, с уровнем энергии, ну помогу потом. То есть, кратко говоря, ничего я с этим не делаю (*смеётся*). Жду.

Максим Джабали. Спасибо. Есть еще у вас вопросы, ребят? У Юли. А еще у кого-то есть, кроме Юли? Чисто, чтоб по очереди.

Зал. Я бы хотела так очень искренне задать вопрос. У меня есть проблема с осуждением. И вот у меня вопрос. В чем разница между анализом, осуждением и пониманием, что это просто мне не подходит или это не мое? Потому что вот...

Максим Джабали. Есть проблема у меня с осуждением. В чем проблема... В чем разница между осуждением и когда я просто анализирую, что мне что-то не нравится, правильно? (*уточняет у участницы из зала для переводчицы*)

Зал. Да. В чем разница?

Максим Джабали. Спасибо, отличный вопрос. То есть, в чем разница между тем, когда я осуждаю какие-то вещи и когда я просто анализирую, но мне не нравится? Есть вещи, которые я осуждаю (*смеётся*). Много. Особенно в других. Но я имею в виду, конечно, у нас много где в мире идет сейчас война, а люди делают очень странные вещи, пытаются заработать на этом. Много ужасных вещей. И самое главное для меня – это не осуждать человека, осуждать действия. Это очень важно, потому что я реально не знаю, кто его делает. Вдруг это сегодня кто-то рассказывал, что на него перья падали. Кто угодно этот может быть человек, может он притворяется таким. Я не могу осуждать человека, но я могу осуждать действия. Если кто-то берет взятки для того, чтобы заработать на войне, могу осуждать. То есть, это первое – действия. Действия можно осуждать, людей нет. Второе – если я не вспоминаю, что даже эти ужасные вещи происходят из меня. Что это мое сознание растягивается, создает вот этого человека, который пытается на войне заработать. Это то, что мы называем невежественное нежелание, или вот это ненависть, или гнев по отношению к вещам, без понимания пустоты, без понимания того, что они происходят из нас. Если я хочу остановить то, что кто-то берет взятки для того, чтобы заработать на войне, мне нужно быть внимательнее к уважению чужой собственности. Я живу в Вене, тут надо платить налоги, они вообще не такие, как в Киеве, как я привык их платить, вообще не такие. Мне нужно за этим очень пристально наблюдать. Спасибо. Спасибо. Есть еще вопрос у кого-то? У Юли (*смех*).

Зал. У меня личный вопрос. Вот я сейчас смотрю и вижу Ваню, которая прекрасно говорит на русском и немецком языке. Что мне... И не только, да, мы уже познакомились. Что мне нужно, какое семя триггернуть, каким способом, чтобы я увидела, как я также говорю? Кроме того, что я буду танцевать и радоваться (смех). Конкретно

Максим Джабали. Я резюмирую. У меня есть третий цветок, Ваня, которая говорит на многих языках. Как мне сделать, чтобы еще и я заговорила на этих многих языках? Юль, есть такие ответы и ты, как карма-коуч, ты их должна знать. Которые ты много раз слышишь, они тебе не кажутся такими уже интересными на 51 раз, когда ты их слышишь. Но ответ от этого хуже не становится (смеётся). Тебе уже подсказывают, да, тебе реально нужен кармический партнер по... Супер. Тебе нужно ускорять свою кофе-медитацию, делать её чаще.

Я еще скажу, ладно, Юль, это что-то будет новенькое, что ты раньше не слышала. Мне написал один парень из Сангхи Ламы Гектора. И он говорит: Макс, я слышал, ты увеличил доход в 20 раз за один год. Правда ли это? Я говорю: да, это правда. Он говорит: ну ты делал просто 4 шага, правильно? Я говорю: да, я делал просто 4 шага. И ещё порядка 100 техник из курсов, из 18 курсов АСИ. 4 шага – это моя основная практика, это правда, до сих пор у меня есть кармический партнер. Многие его знают. Все еще мы встречаемся, я ему помогаю, всё делаю, мы правда друг для друга КП. Прямо сегодня он делает запуск, я думаю, на миллион долларов. И понимание пустоты ускоряет прорастание семян по 4 шагам в тысячи, может быть в миллионы раз.

Однажды я слышал, как Геше-ла сказал, что, человек.. Обычно, человек, когда ты даёшь кому-то 100 долларов – мы говорим, что ты можешь ожидать тысячу долларов взамен, в 10 раз больше. И Геше-ла говорит...И важно знать: если Ария кому-то дает 100 долларов, то он может ожидать 3 миллиона долларов. Потому что для него вот этот обратный возврат инвестиций в 3000 раз. Поэтому изучение курсов АСИ, и сертификатов получения по 18 курсам АСИ (смеётся) – это то, что будет ускорять твои 4 шага.

Зал. На немецкий идти не надо (смех).

Максим Джабали. И чисто для того, чтобы ты знала: Геше Майкла отказывался его учитель Кхен Ринпоче обучать тибетскому языку. Учитель Геше Майкла, Кхен Ринпоче, он отказался учить Геше Майкла тибетскому языку. Он сказал: я тебя не буду обучать тибетскому. Он обучал тибетскому своего второго студента, доктор Артемус Энгл его зовут. Геше Майкл очень просил Кхен Ринпоче: и меня, пожалуйста, тоже обучайте, хочу вот учиться, мне это важно. И Кхен Ринпоче отказал, он никогда его не обучал тибетскому. Вопрос возникает у тех, кто немного знает о Геше Майкле, который перевел, я не знаю, сколько сотен книг с тибетского на свой родной язык английский. Откуда он выучил тибетский? Он его не учил. Геше Майкл говорит, что однажды, когда он дебатировал в монастыре, он просто заговорил на тибетском. На тибетском, который сейчас, я думаю, среди иностранцев, может быть, у него лучший тибетский, у кого это не был никогда родной язык, в мире я имею в виду. 18 курсов АСИ.

Зал. С сертификатами.

Максим Джабали. С сертификатами (смех).

Ирина Джабали. Мы с Катужиной и Людой Мишаниной тоже надеемся однажды проснуться и заговорить на немецком (смех). Я реально не исключаю, что так и может произойти. Я как-то недавно за собой заметила, что я могу без проблем вообще позвонить в ресторан и заказать нам столик на немецком. Это пока единственная тема, в которой я уверена (смеётся). Но чтобы посеять семена на дополнительные темы, я тоже добавлю ответов

немножко к твоему вопросу. Что делаю я, чтобы однажды проснуться с немецким. Например, когда Ваню хвалили за то, сколько у неё знаний всяких разных языков, я себе сидела и радовалась за неё. Это вообще не стоит никаких усилий порадоваться. Порадоваться и посвятить. Пусть все говорят на всех языках, которые хотят, и в том числе и я. Мне нравится ещё добавлять: а вообще, в идеале, пусть вообще все говорят на одном языке, на языке любви, из сердца.

Если выработать эту привычку постоянно. Ну, понятное дело, что сначала думать так сложно, сложно вспоминать. Но если выработать привычку – она вот так вот моментально формируется. Второй лайфхак. И это моя личная интерпретация, я, ну, не из писаний, но вот какое-то такое у меня понимание этой темы. Что я живу в мире, где очень много людей говорят на разных языках. Если бы у нас с Ваней не было общих языков, которыми мы владеем, мы бы даже поговорить никак не смогли бы. То есть для меня это выглядит как какое-то разделение между Ваней и мной. Исходя из этих размышлений, я бы предпринимала шаги работать над тем, насколько я в своей речи, в мыслях, в действиях разделяю разных других людей по жизни. То есть тот же этический поступок из блока речи.

И третье, последнее. Хочу ж хорошо себе семена посеять (*смех*). Я не знаю, как это можно в твоём случае применить, но в своём случае я перевожу. Я занимаюсь переводами письменно, устно, организовываю процессы переводов. Максим подсказывает, не валютные переводы, а между разными языками (*смеётся*).

Максим Джабали. На английский, не на немецкий.

Ирина Джабали. А, не, не на немецкий. Английский, русский, украинский. И, на мой взгляд, это то, что помогает мне другим понять какой-то материал, который иначе они бы не поняли. И это помогает мне создать такие условия, где другие люди поймут что-то на том языке, который они до этого не понимали, потому что я перевожу на их родной язык. Например, не понимает кто-то на английском, я перевожу на тот, на который понимают. И посвящение: пусть все говорят на одном языке, языке любви. Всё. Мне кажется, у нас ещё в онлайн кто-то писал, что будут вопросы и в чате тоже. Кость, можешь, если ты насмотришь, ты насмотришь на большом экране. Из чатика продублирую нам тоже в онлайн.

Зал. Вопрос от Олеси. Вопрос от Олеси к вам. Навещаете ли вы бабушку и дедушку в доме престарелых? Как быть с этим, если часто переезжаете?

Переводчица Ваня. В какой смысле переезжаете?

Максим Джабали. На одном месте не живете. Живёте в разных местах.

Зал. Потому что как-то странно менять бабушек.

Максим Джабали. Спасибо, отличный вопрос Олеси. Я проводывал дедушку больше трех лет, три с половиной года в доме престарелых в Киеве. Спустя приблизительно год он заболел, как я его проводывал, через год он заболел. У меня был его телефон, я ему звонил периодически, говорил: Иван Михайлович, можно ли вас проведать? Он говорил: нет, я плохо себя чувствую. Ну и я думаю, спустя месяца полтора я понял, что видимо, ну я не знаю, ему было 92 года на тот момент, я не знал, он поправится, не поправится. И я пошел в этот дом престарелых, и нашел там бабушку. Екатерина Васильевна её звали. Может, зовут, я не знаю. Затем я стал ее проводывать. В то же время, как я раньше Ивана Михайловича проводывал. Спустя примерно месяц. Мне звонит Иван Михайлович. Говорит: Максим, ну что, мне лучше, приходи. И вот из трех с половиной лет, приблизительно два года, я приходил приблизительно

на 45 минут на третий этаж к бабушке и потом на 45 минут еще к дедушке. Но я сохранял свои обязательства. Потом случился ковид. Мне кажется, чуть-чуть до этого, до ковида умер дедушка мой, Иван Михайлович. Мы уже встречались тогда (*говорит глядя на Иру*).

Ирина Джабали. Или третий день нашей встречи, когда ты мне написал, что вчера умер дедушка.

Максим Джабали. Когда мы только с Ирой познакомились, вот дедушка умер. Я ещё проводывал бабушку и начался ковид. И дом престарелых закрыли. И пока я был в Украине, его так и не открыли. Я уже потом уехал. 1 января 2022 года мы пытались улететь в Таиланд, но не улетели. Мы на зимовку ехали. Мы пришли, спросили: где ваши ПЦР-тесты? Я говорю: я сделал ПЦР-тест, они мне придут пока я буду на пересадке в Катаре (*смеётся*). Они говорят: нет, это не так работает. Ты покажи нам результат ПЦР-теста. И я, как дебатёр, я им говорю: у вас написано сделать ПЦР-тест. Я сделал ПЦР-тест. Никто мне в этом мире не может сказать, что я не сделал ваш ПЦР-тест. Там не написано принести результаты ПЦР-теста. Написано: сделать ПЦР-тест. Я сделал. В общем, я не выиграл в этом дебате, но мы улетели на следующий день после этого. Ну и затем на самом деле в Украину мы после этого не вернулись уже.

К чему я это рассказываю? Во-первых, я считаю, что, если вы переезжаете, или у вас меняются обстоятельства в жизни. У меня поменялось обстоятельство, что дедушка заболел, я его не мог проводить. Равносильно тому, что я бы куда-то переехал, я нашел другого кармического партнера. Поэтому здорово, если вы даже часто переезжаете, значит контакт у вас телефонный должен быть вашего одинокого человека, которого вы будете проводить. Лично я стараюсь быть постоянным в своей жизни, регулярным. Мне важно, чтобы у меня партнер был стабильный, надежный, и поэтому я обычно не меняю кармических партнеров без острой необходимости. Поэтому, да, я бы нашел такую бабушку или такую дедушку, которым, если вы переедете, можно было бы им звонить. В худшем случае, если нельзя звонить, значит на новом месте найдите такую бабушку или такого дедушку.

И я отвечая на вопрос: проводываем ли мы с Ирой сейчас кого-то в доме престарелых? Нет, мы не проводываем. Но! Если бы я не сеял семена отношений, продолжения отношений, – я думаю, что они бы у меня закончились. Поэтому есть другой способ, как я сею семена отношений. Может быть, когда-нибудь мы об этом поговорим, это отдельная тема для разговора. Это не в смысле, что этот способ лучше, чем проведение в доме престарелых, он просто другой. В моем случае для этого вам уже нужны отношения.

Ирина Джабали. Спасибо. Я лишь хочу добавить, что мы с Инной Катунинной недавно гуляли. И мы поняли, что между ее домом и моим домом находится дом престарелых в Вене тут. Поскольку у нас очень много светлых и чудесных идей на прогулках зарождается (*смеётся*). Я ее специально озвучу, чтобы мы ее точно сделали. Озвучу, скажу. Мы хотим договориться, мы хотим, во-первых, прощупать почву, но в целом мы хотим договориться, списаться с этими домами престарелых в Вене. И организовать такой канал между нашей дхарма-тусовкой и домами престарелых и одинокими людьми здесь, в Вене. Канал поставок: заботы, внимания. Поэтому находите свою бабушку или дедушку сейчас, потому что потом вы нам не сможете сказать: у нас нет бабушки или дедушки, – у нас будет канал уже. И более того, у них есть даже запрос не только на немецкоговорящих, а есть бабушки, которые особо-то уже и не слышат ничего и для них просто важно присутствие другого человека. Не обязательно на этом языке каком-то говорить. Может быть, им можно книжки на немецком читать даже. Я надеюсь, до следующего курса мы реализуем этот проект. Так что обращайтесь. Приходите к нам такие: ну что, где бабушку добыть?

Максим Джабали. Спасибо. Последний вопрос из онлайна на сегодня.

Зал. Хороший, заключительный. Вопрос от Олеси. Какую же медитацию делать к этому курсу?

Максим Джабали. Блестящий вопрос. До следующего курса, а конкретно до АСІ 6, который, я думаю, будет в середине января. Который мы с Ирой думаем попробовать проводить в новом формате, если вы поддержите. Мы в этом году, я думаю, что мы суммарно в Вене по итогам года будем, может, четыре месяца или пять максимум. В конце года, если посчитать, я думаю, что у нас в Вене наберется четыре месяца. Когда мы были здесь дома вообще. Четыре-пять месяцев. Но в следующем году выглядит так, что мы будем больше в Вене. Я думаю, месяца восемь. Посмотрим, что нам наши дорогие учителя приготовят, но выглядит так, что меньше будет приездов. Поэтому мы подумали, может быть, если вам эта откликается идея: попробовать проводить не занятия вот в таком формате выходных, а раз в неделю, вечером, например. Чтобы мы за два с половиной, за три месяца вот так вот проходили курс. И желательно, да, мы еще группа совместного прохождения будем организовать, чтобы мы еще домашки успевали сделать до следующего каждого урока. Что думаете, попробуем?

Так вот, до этого времени, до середины января. Делайте медитацию Кхедрупа Чже, которую по утрам мы делаем. Медитацию на пустоту. Пробуйте разные объекты. Когда сможете ее чаще, когда вообще вам она легче станет, пробуйте со своим мужем или детьми. Мы также пришлем вам аудио этой медитации, вы можете в наушниках ее слушать. Костя нам с этим поможет, я надеюсь, Костя, аудио сделать медитации, пожалуйста. На каждом курсе мы будем проходить свою медитацию, у нас их будет 15 суммарно. И я думаю, в следующем году мы в АКМ, поскольку есть уже слишком много людей, которые сдают 18 курсов, но не делали медитации к этому времени никакие. У нас будет новое требование, чтобы попасть в эти вторые 18 курсов, в Ваджраяну или в Алмазный путь, нужно будет некоторой медитации, не все 15, но некоторые, скажем, около 9, я думаю, сдать с сертификатами, что вы ее 3 месяца ставили галочки, что вы ее делали, например, как регулярную ежедневную практику. Потому что, когда вы попадете в Алмазный путь, и вам надо будет там делать медитации, ретриты молчаливые, а у вас нет опыта медитации. Я не знаю, это все равно, что у вас стоит в гараже Феррари, но у вас нет водительских прав, и вы не можете на ней ездить. Поэтому начинайте внедрять медитацию в свою ежедневную практику, каждое утро чуть-чуть, 15-20 минут. Делайте медитацию Кхедрупа Чже до следующего курса. Кхедруп Чже. Это ученик Чже Цонгкапы. Кхедруп Чже, да. И потом на АСІ 6 мы уже новую будем делать медитацию. Поэтому делайте сейчас.

Ирина Джабали. Про платформы и домашки (*смеётся*). Нет, можно без слайдов. Две части я хочу сказать. Первое – я слышала, что есть люди, которые переживают на счёт домашек. И говорят: я не пойду на следующий курс, потому что я не сделал домашки по предыдущему. Вот таким людям я хочу сказать: ну приходите хоть как-то (*смеётся*). Ну не переживайте вы так сильно насчёт того, что вы там не сделали домашку. Это я говорю только тем супер ответственным людям, которые очень сильно переживают, что они...и что для них это действительно препятствие идти на следующий курс. Чтобы это не было препятствием, приходите хоть как-то.

А теперь для остальных 99% людей (*смеётся*). Я знаю, что это тяжелый материал. И надо иметь некоторую настойчивость и упрямство, чтобы даже быть здесь и не уйти после первого занятия. Это я так вам комплимент говорю (*смеётся*). Ну как-то вы себе, наверное, в прошлом создали такую карму, что вам эти вещи, странные вещи, интересны. Но я вам хочу предложить усилить то время, которое вы уже в это инвестировали. Делайте домашки, пожалуйста. Через 2

года, когда вы захотите сдать этот курс – вам заново придётся это всё переслушивать. У вас будет целая неделя. Начните заполнять на платформе домашки. Вы там себе миллион заметок уже сделали, осталось только перенести на платформу, набрать под каждым вопросом и сохранить. Вы можете это делать на украинском языке или на русском, зависит от того, на каком языке вы хотите писать ответы. Да, если захотите на немецком, тоже вам организуем, без проблем. И там же вы на платформе найдете чтение. Чтение, так, ты мне аудиторию, фокус внимания аудитории не там (*говорит, обращаясь к Максиму, который кому-то что-то передаёт в зал*). Чтение, чтение найдете и заметки, полезные материалы. Вот, что я вам предлагаю. Заполнить домашки.

Там еще с домашками есть аналитическая медитация. Это очень просто, вы просто размышляете 15 минут о какой-то теме. Не обязательно для этого в позу для медитации садиться. Я вообще в парк шла себе, гуляла, и ставила таймер на телефоне, и размышляла на... там задания маленькие будут. Если совсем сильно вам скучно самому с собой думать – возьмите себе напарника, может быть, кого-то из группы, поговорите 15 минут с ним об этом вопросе, например, поразмышляйте вместе. И если это для вас идея, вы можете просто взять кого-то из группы и 15 минут с ним поговорить.

Всё, сдали домашку, у вас там высветятся правильные ответы. Мы вам их тут все вообще-то говорили уже. Вы себе можете прочитать, правильно вы все написали или нет. И на следующий день пишете контрошку. Это просто пару вопросов из домашки, которые вы прошли. Когда вы пишете домашку – вы можете пользоваться всеми материалами, которые у вас есть, хоть с конспекта вашего списывать. Когда вы делаете контрошку – пишете по памяти.

Про галочку. Я рада, что вы уже на платформе раз знаете о галочке. Галочка говорит о том, что: не пользуйтесь файлом правильных ответов. А у вас нет файла с правильными ответами, мы вам его не даём. Неоткуда вам списать. Можете смело галочку эту ставить (*смеётся*). Если у вас еще будут такие противоречия – вы мне говорите, я вам расскажу.

Зал. Я просто понимаю, что сейчас происходит. У меня было намерение, что я должна сдвинуть этот пласт реальности, чтобы услышать что-то, что облегчит мне задачу. И я это получила.

Ирина Джабали. Может, сразу посвятить что-нибудь хорошему. Не забудь. Да. Так вот, это раз. Во-вторых, я попросила госпожу фрау Инну Катунину, чтобы она провела живую разборку домашних. Это выглядит так, что вы просто встречаетесь, тусуетесь вместе и разбираете еще раз домашки, если вдруг кто-то что-то не понял, какие-то вопросы. Это опциональная часть, то есть по желанию. Но Инна очень классный практик, она реально умеет любую теорию перевести в практику. Так что для вас это шанс потусоваться с классным практиком, раз в недельку. И если вдруг кто-то хочет помочь Инне, пожалуйста, ей помогите. У нее куча, миллион проектов, я еще прихожу со своими идеями. Помогите ей организовать эту группу, спросите, чем ей помочь. А то я боюсь, что она однажды не пойдет со мной гулять (*смеётся*). Вы так проходите десять уроков. И в конце очень маленький экзамен, вообще на раз-два, за полчаса, за 15 минут можно написать. В каждом курсе, это касается каждого курса. Вы отправляете это.

Максим Джабали. Ты скажи: экзамен – это вопросы...

Ирина Джабали. Из контрошек.

Максим Джабали. Некоторые вопросы из контрольных работ. Вы их уже знаете. Вы увидите этот экзамен, это не секретный формат. Я, например, эти файлы экзамена, я их читаю.

Все вопросы, которые мне непонятно, я выписываю, на них тренируюсь отвечать. Прописал эти пять вопросов, запомнил и потом по памяти уже написал экзамен, всё.

Ирина Джабали. После этого вы это отправляете, все свои работы, ну, нажимаете просто кнопку «отправить», всё. Кофе медитируете, как боженька просто. К вам приходит работа на перекрестную проверку. Это очень классный момент, потому что вы, ну, я, по крайней мере, постоянно нахожу для себя что-то новенькое в своем понимании, когда просматриваю работу другого студента. Всё, после этого к вам прилетает ваш сертификат. 18 сертификатов, добро пожаловать в наш чудесный клуб. Там, где Мазерати, духовный. Ну, медитации пока официально не анонсированы, но Максим, как руководитель, знает все нюансы.

Максим Джабали. Кстати, есть кто-то, кто с нами закончил, кто получил сертификат по какому-то курсу, который мы с Ирой проводили? Юля думала к ней вопрос, но нет. *(ответы из зала)* По какому курсу? В общем, на следующей неделе мы будем выдавать сертификаты. Если вдруг успеете в понедельник сдать... *(ответы из зала)* тогда на следующий раз. Тем не менее, мы хотим выдавать сертификаты живую, будем их печатать. На каждом курсе планируем, на ближайших, по крайней мере. Поэтому на следующей неделе будем выдавать сертификаты. Всем спасибо, хороших вам, хотел сказать, выходных *(смех)*. Прекрасных четырех с половиной следующих дней до следующего курса, до следующих выходных. Мы увидимся с вами в пятницу вечером. Берегите себя. Тут же. Спасибо Ване за перевод, большое *(аплодисменты)*.

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

Курс V

Основные виды кармы

Стенограмма к занятию 6. Карма и пустота.

Преподаватели: Максим и Ирина Джабали

(Максим и Ирина Джабали выражают благодарность за подготовку этой стенограммы Бойко Елене, Зубчик Лине и др.)

Максим Джабали. Поприветствуем нашу новую переводчицу Аню! *Аплодисменты.* Аня, какой чудесный перевод, вообще супер (смеется). Чуть-чуть громче сможешь говорить?

Переводчица Анна. Смогу!

Максим Джабали. Супер! У нас с вами АСИ-5, урок №6! Супер, цифры вообще идеально переводишь (*переводчице*)! Давайте вспомним, что у нас было на прошлых выходных. А конкретно, кто что помнит, рассказывайте! *Зал делает предположения.* 10 этических принципов, неплохо! Супер, кто еще что помнит?

Зал. Как мы воспринимаем мир, то есть позиция Школы «Ум только».

Максим Джабали. Вот эта растягивающаяся штука. Позиция Школы «Ум только», как существует мир. Владимир, Вы тоже поддержите флешмоб, что Вы помните с прошлого выходного. Что, что, еще не готовы? Хорошо, Лена хочет.

Участница Лена из зала. Все зависит от законов кармы.

Максим Джабали. Всё зависит от законов кармы, супер! Что еще запомнили?

Зал. Как можно быстрее делать карму.

Максим Джабали. И как?

Зал. Мотивация влияет? Объект влияет?

Максим Джабали. Мотивация влияет, объект влияет? *Зал дополняет ответы.* Да, если действие привычкой является, тоже влияет. Еще что-то запомнили? Точно, радоваться, супер! Юля еще что-то запомнила?

Участница Юля из зала. Мы говорили о том, что понимание пустоты ускоряет любые процессы.

Максим Джабали. Верно, это твой вопрос был, между прочим. *Участница Юля из зала дополняет ответ.* Серьезно? Класс! Юля говорит...я повторю для онлайна. Юля говорит, что понимание пустоты ускоряет всход семян. Хорошо, спасибо. Лена еще что-то помнит? *Участница Лена из зала дополняет ответ про четыре признака хорошей книги.* Не думал, Лен, что ты это запомнишь, что хоть кто-то это запомнит, но прикольно (*смеется*). Четыре признака хорошей книги, характеристики. Да, супер! Еще что-то помните? Кто автор книги, которую мы проходим? Мастер Васубандху, верно. Кто у него был братишка? Мастер Асанга, супер! Кстати, работу которого мы сегодня будем изучать. *Зал делает предположения.* Слава богу, книга называется Абхидхармакоша. Кстати, фан-факт! В целом, когда мы говорим про пять великих книг, вы будете слышать об этом снова и снова: пять великих книг, которые мы изучаем. Так вот,

книга Абхидхармакоша относится к предмету, более широкому – Абхидарма. И еще одна книга, которую мы сегодня будем проходить, она относится к высшей Школе «Мадхьямика-прасангика». И этот предмет называется Срединный путь. Супер. Ира, будешь ли ты помогать мне слайды переключать? Следующий слайд.

АСІ 5

Чтобы осуществить
свои мечты,

нам нужно полагаться
на законы кармы

Занятие 6:

Абсолютный способ
осуществить свои мечты —

прервать 6 шагов
создания сансары

Итак, главная идея нашего курса. Аня уже сама помнит, наверное (смеется), ну, прочитайте мне хотя бы. Чтобы осуществить свои мечты, нам нужно полагаться на законы кармы. Вот что Аня по-немецки сказала. Аня, кстати, я думаю, ты самый молодой переводчик, кого я знаю

на сцене. Еще раз Аня аплодисменты. Спасибо. Ира, ты видела кого-то моложе? Нет, мы сегодня не встречали ни одного переводчика, кто переводил АСІ занятия за всю нашу карьеру, 10 лет. Но не стесняйся только (смеется).

Сегодня главная идея нашего урока следующая: абсолютный способ осуществить свои мечты – прервать шесть шагов создания сансары. То есть мы будем говорить сегодня о вот этом цикле, как вообще создается сансара, краткое колесо жизни будет. Можно следующий слайд? Ира сегодня подготовила супер-демонстрацию, как работает карма и пустота вместе. Leerheit, пустота, да? Да. Всё, это я запомнил. Ты знала, Ира? Все запомните. Надо ключевые термины хотя бы знать на немецком. Leerheit, карма, слава богу, немцы слово не придумали. Супер.

● В этом занятии

✓ 6 шагов создания сансары

✓ Карма и пустота: 3 существа и стакан с жидкостью

Дальше идём? Источники этой лекции. В общем, кто помнит Мастера Асангу? На каком там курсе мы его проходили? *Зал делает предположения.* На втором. Молодец! За бесплатно был вопрос. Да, и он, кстати, брат Мастера Васубандху от другого отца. У меня тоже такой брат есть, одна мама, два отца. И ему эту книгу продиктовал Майтрея, Мастер Майтрея. И он ее написал мастеру Асангу. Кто-то помнит эту историю, как вообще они познакомились? Юля, хочешь рассказать? Да. Давай.

Участница Юля из зала. Мастер Асанга долго искал свою духовную встречу, скажем так, с Майтреем.

Максим Джабали. Помнишь, где, что он там делал?

Участница Юля из зала. В пещере, 12 лет.

Максим Джабали. Что делал?

Участница Юля из зала. Медитировал, практиковал. Ретрит, да.

Максим Джабали. И дальше что?

Участница Юля из зала. Закончил в том же составе, в каком пришел, вышел. Вот. И в том состоянии, что немножко в таком разочаровании, он идет и видит, что лежит собака, она травмированная, как ранение. И у собаки были внутренние органы снаружи, и там уже как бы, черви ползали. Ее можно было спасти, это и остановило его, он хотел из сострадания и любви помочь этой собаке. И он был между сложным выбором. Если он скинет личинок и спасет собаку, – то погибнут личинки. И кого спасти? Он делает, по-моему, надрез на своем бедре и языком хотел снять этих личинок чтобы, не травмировав их, пересадить туда, чтобы спасти собаку, - и выживет и собака, и личинки. Да, и в этот момент, в процессе этого, когда он уже, не знаю, я не помню, сделал он надрез или нет, наклонился, он поднимается и видит перед собой Майтрея. И самая интересная часть, это его вопрос, да, Асанги: «Где же ты, Майтрея, мол, был, я тебя столько ждал».

Максим Джабали. Аня, ты вообще отлично, как актриса, прям идеально рассказываешь (переводчице)!

Участница Юля из зала. И услышал ответ, что он всегда был рядом, даже когда там небрежно что-то бросал его. Но смысл в том, что он всегда рядом. И это так вдохновляет, что вот видишь - не видишь, но вот может тут кто-то сидит.

Максим Джабали. Это супер-ответ на 20 евро. Оля, пожалуйста, забери. Так вот, потом, всё Юля совершенно верно рассказала, и потом Мастер Майтрея забирает Мастера Асангу в свой рай. Тут видишь, она склоняется. Да, цу парадиз мит геномен, наша с вами цель тут (смеется). Там диктует ему совершенство мудрости, которое ASI-2 у нас.

● Источник этой лекции



Arya Asanga



**Уттаратантра = Guu Lama
= Высшая Линия**

продиктована Мастеру Асанге
(≈ 350 г.) Майтреей

**Эта книга описывает 6 шагов,
являющихся причиной для
создания кармы**

Perfection of Wisdom на английском, не знаю, как по-немецки будет. В общем, вот эта книга. И я не знаю, там ли он получил эту книгу. Но в целом Мастер Майтрея продиктовал ему вот эту книгу, которая называется Уттаратантра. По-тибетски: гуу ама. Можете повторить? Guu Lama. По-русски: «Высшая линия». Супер. И эта книга описывает шесть шагов, которые являются причиной, как вообще создается карма. Супер. Интересно, что это не тантра, то есть это не секретная книга на самом деле. Все такие: «Ну блин, а мы думали это тантра уже» (смеется). Но называется так, только по названию. Как у меня батарея в ванной комнате, полотенцесушитель, он только по названию полотенцесушитель, он не нагревается реально. Это первый источник, а второй источник... по-моему, его нет на слайде. Это мастер Чандракирти – «Введение в срединный путь». Аня, я с тобой выучу немецкий, мне сдавать на A2 хотя бы.

Переводчица Анна. Мне C1.

Максим Джабали. Я еще не там (*переводчице*). По ней будет вторая часть занятий, которые Ира проведет. Итак, прежде чем мы поговорим про эти шесть шагов, как создается вообще карма и сансара, напомните мне, что такое карма вообще. Так, Владимир проснулся, движение ума, да. Верно, движение ума. Любое, Лена добавляет, чтобы последней, как бы сказать, точку поставить (*смеется*). Вы, кстати, думали когда-нибудь, а есть у Будды карма? Как вы думаете? *Зал делает предположения.* Мгновенная карма, Лена говорит, у него есть. Еще есть идеи? Озадаченные тут сидят люди, вы бы свои лица видели. Еще один вопрос, о котором придется думать. Ну вообще, считается, что у Будды кармы нет. Но не в том смысле, что у него нет вообще ментальных семян никаких. Карма – обычно называется что-то нечистое. И поэтому считается, что Будда не создает карму в том смысле, что чего-то не чистого у него нету больше, у него есть чистые ментальные семена. И секрет, почему Будда не создает карму, создает вот эти чистые семена, потому что...Знаете почему? Взятку кому-то он может дал, ему не дают создавать карму. Какие еще варианты? В Австрии такого нет, да (*переводчице*)?

Переводчица Анна. Меня никто не подкупал (*пожимает плечами и смеется*).

Зал делает предположения.



Максим Джабали. Супер, не может лгать, ошибаться, и у него всеведение. Он понимает пустоту, на 100% идеально понимает пустоту. Из-за этого он не может создавать вот эту нечистую карму. Но люди в Сансаре, у них нет такой привилегии. И поэтому люди создают. И вот Мастер Майтрея продиктовал Мастеру Асанги, что это за цикл из шести шагов. И это связано с пониманием пустоты. С

пониманием пустоты. Ира, можно следующий слайд, пожалуйста.

❀ 6 шагов, как создается карма

1. Бакчаки из прошлой жизни 2 склонностей ("я и мои части самосуществующие")



2. Обладаю 2 склонностями видеть вещи самосуществующими



3. Начинаю видеть вещи неправильным образом

4. Начинаю **ощущать невежественную симпатию или неприязнь** к этим объектам



5. Действую, говорю или **думаю негативно** (накопление кармы)



6. Продолжаю блуждать по **кругу** в колесе сансары



Итак, просмотрим эти шесть шагов. Интересно? Первый шаг: мы рождаемся с ментальными семенами, видеть себя и свои части как самосуществующие. Ира, а у нас есть на каждой... Только один (*спрашивает про слайды презентации*)? В общем, рождаемся мы с этой способностью нашей, и это реально основано на предыдущей жизни. Мы сейчас пройдем, потом будем постепенно примеры

приводить. Второе – это то, что у нас есть вот эти две склонности видеть вещи самосуществующими. Это, кстати, ваш вопрос домашки. Так мы склонны видеть себя, свои части самосуществующими, мы начинаем цепляться за эти вещи, что это мое, никому не дам.

Третье, я начинаю видеть вещи неправильным образом. Да. Ну, к примеру, я смотрю на свой ноутбук и думаю: «Какой прекрасный ноутбук!». И когда я на него смотрю, я прям чувствую, что он мне нравится, у меня последний MacBook Pro, который только есть, я его долго хотел, купил, радуюсь. И причина, почему у меня есть ноутбук, – я в этом убежден, – потому что я его заказал, еще не просто заказал, а я открыл компанию в Эстонии, которая плательщик НДС, и я его заказал без НДС. Заплатил за него меньше, чем раньше всегда платил с НДС.

Переводчица Анна. Я не знаю, что такое НДС.

Максим Джабали. Налог. Налог на добавленную стоимость. По-немецки как называется? Ты еще повзрослеешь, будешь его тоже не любить, его мало кто любит, этот НДС (*смеется*). НДС – это наценка 22% на каждый товар, который мы покупаем. Поняла, это твой враг тоже, да (*переводчице*)? Я уверен, что у меня поэтому есть ноутбук, я его купил, потому что без НДС на баланс компании. Да, купил его, не заплатив налоги, потому что это расход компании, и еще и без НДС, просто двойное настроение у меня повышается. Не потому, что я давал ноутбуки в прошлом другим людям. С этим точно наличие ноутбука у меня по хорошей цене вообще не связано. Или вот эти ребята, которые в 7:00 начинают сверлить стену прямо напротив моего окна, они не связаны с тем, что я грубо говорил со своей женой, может. Да, Ире не нравится, когда я отвечаю односкладно, типа – нет, так не нравится. Типа там, дорогой, может сходим куда-то на ужин вместе, – нет. Я себе потом пишу в дневник: нагрубил жене. Так вот почему приходится тратить много денег, я себе потом в компенсаторное действие пишу: сводить все-таки Иру на ужин куда-нибудь, сам себе враг. Или нам в Дубае... Мы ездили в Дубай на две с половиной недели, и нам... Мы ездили ради того, чтобы открыть счет для нашей дубайской компании, и три банка нам отказали открыть счет. И я чувствую, что то, что вот эти люди, которых я в своих мыслях называл словами, которые я не буду вам озвучивать на этом мероприятии, потому что я буддийский учитель, все-таки (*смеется*), я уверен, что это никак не связано с тем, что я другим отказывал в каких-то возможностях, когда они меня спросили о чём-то. Вот что здесь имеется под третьим пунктом в виду.

Четвертое, что происходит дальше? Я начинаю ощущать невежественную симпатию, или невежественную неприязнь к этим объектам. Кстати, плохо ли то, что мне нравится мой ноутбук? А в чем проблема тогда? *Зал делает предположения.* Что я не понимаю его природу, он мне нравится без понимания того, что я давал другим подарки какие-то. Или я, например, разбираюсь в технике, я многие годы помогаю своим друзьям с ноутбуками, когда они у них ломаются, особенно у наших учителей, у Ламы Питера, я ему всегда помогаю, если у него что-то ломается на ноутбуке. Я не думаю, что то, что у меня есть ноутбук, связано с тем, что я кому-то помогал с ноутбуками в прошлом, у меня не сходится вот эта вещь. Я просто думаю, что... Моя прелесть (*потирает руки и смеется*). Я стал увлекаться сковородками сейчас, старею, уже мне больше 30 лет (*смеется*). Сковородки – Pfanne (*подсказывает переводчице*). Я их много выбирал на немецких сайтах, я могу много что-то на немецком рассказать про эти сковородки, тем более у меня две немецкие сковородки. И одна. Две. Я когда на них смотрю, на эти свои сковородки, у меня классные, дорогие сковородки. Моя любимая сковородочка. Pfanne. Без тефлона, без всяких покрытий – вечная сковородка! У меня есть из нержавеющей стали и из карбоновой стали. И то, когда мне приходит эта сковородка, я говорю: «Ира, вот эту сковородку, ты можешь на ней готовить, очень аккуратно, но даже не пытайся ее мыть, потому что мне нарушишь вот этот слой, который я нарабатываю, антипригарный». Потому что я думаю, что

если у меня испортятся сковородки, то это из-за жены моей. И мне страшно, я реально думаю о том, что я проснусь, а там... Я папе дал сковородку, он на ней пожарил томатный соус и всё! Нельзя на карбоновой сковородке, она снимает весь этот слой антипригарный, который я наработал. Karutt – это то, что я папе сказал, когда он мне сковородку испортил.

Пятое – действую, говорю или думаю негативное из-за этого. То есть, у меня начинают сверлить возле дома в 7 утра, – я про них плохо думаю, очень плохо. Мне не открывают счет в Дубае в банке, – я про них еще хуже думаю.

Переводчица Анна. Почему ты так плохо думаешь о людях?

Смех в зале.

Максим Джабали. Вот я рассказываю, что так у меня происходит (*смеется*). Папа мне портит сковородку, – я тоже плохо по нему думаю. Почему он вообще так сделал? Он тем более знает, что на ней нельзя ничего томатного делать. Это не я посеял плохие семена в прошлом, это эти люди, они виноваты в моих проблемах.

И шестой – это конец и начало в то же время. Я продолжаю блуждать в Сансаре. Это цикл Сансары, то, как она создается. То есть, после шестого, что у нас дальше происходит? Первое. Я снова рождаюсь с семенами, видеть вещи самосуществующими. У меня есть вот эти две склонности видеть вещи неправильным образом, как будто они вот так происходят (*показывает жест рукой – к себе*). Не вот так (*показывает жест рукой – от себя*). Вот так. Я начинаю видеть их так. Я начинаю видеть, что вот этот MacBook, который у меня есть, если я им ни с кем не буду делиться, тогда он у меня дольше прослужит. Если я заплачу меньше налогов в Австрии, а это большие налоги, вы уже все знаете, то у меня будет больше денег.

Я почему ощущаю, что так MacBook люблю, потому что я его купил без налогов, я не заплатил налоги на покупку этого ноутбука. И это все легально, хорошо? Я не нарушил ничего. Вот налоговая Австрии, пожалуйста, официально признаюсь, все легально. Но почему я так радуюсь этому? Что тут такого хорошего, что я не заплатил налогов? Я вот видите, я почти подпрыгиваю тут. Что я не поделился с другими людьми деньгами, вот это достижение! И после того, как я вижу вещи неправильным образом, я начинаю ощущать, что мне надо больше этих вещей, которые мне нравятся, мне надо меньше вещей, которые мне не нравятся.

И вот это ощущение, что вещи мне нравятся и не нравятся без понимания их природы, точнее с пониманием... с неправильным пониманием их природы. Вот таким (*показывает рукой жест рукой – к себе*). И заставляет меня действовать, говорить или думать – это и есть карма, да? Три вида, три двери выражения, мы это называем. И это и есть накопление кармы. И то, что я думаю про эти банки, которые мне не открыли счет, хотя должны были, – это и есть накопление кармы. И это то, что заставляет этот цикл вращаться.

Теперь важный вопрос, который вы должны задать. Какой? Как можно остановить этот цикл, да? Мне повезло, потому что у меня сегодня было много времени подготовиться к занятиям, я переслушал три занятия, которые преподавались разными людьми, вот это конкретно. Я переслушал Геше Майкла занятия из 90-х, я переслушал Питера Мёртла занятия, который, шутка или нет, снова это занятие было ровно 11 лет назад, в этот день, в пятницу. 3 октября 2014 года, в пятницу, 11 лет назад. Вот это самое занятие, то же самое Питер Мёртла рассказывал, только лучше. Я еще Инну Иванову переслушал занятия, тоже чудесный тренер АКМ. Как вы думаете, что может нам помочь перестать создавать этот цикл?

Зал. Понимание пустоты, откуда все происходит.

Максим Джабали. Супер. Понимание пустоты, правда. Для того, чтобы прекратить этот цикл, нам нужно глубже и глубже понимать пустоту. Геше Майкл, он такой...такой убедительный. Я думаю, на следующее мероприятие, которое будет, Ира, нам надо скинуть ссылку на ЛамРим следующий, который Геше Майкл проводит. Кстати, это как раз в октябре, по-моему будет, или в ноябре. В октябре, да. Он говорит, что, если вы обманом пытаетесь лучшую сделку себе выбить, он приводит свой пример, как ему босс сказал обмануть поставщика. Геше Майкл алмазами занимался в то время, в 90-х. И ему босс сказал торговаться с поставщиком и сказать не 300 тысяч долларов за эти алмазы, а 250. Соврать, что они стоят дешевле, поторговаться, хотя и босс, и Геше Майкл, и поставщик, все знают, что они стоят вот эту цену, 300 тысяч – это справедливая цена. И он говорит, что он это делает, и этот чувак, этот поставщик делает им скидку 50 тысяч, потому что ему просто срочно деньги нужны. И выглядит так, что эти 50 тысяч прибыли для компании пришли из вранья, из лжи. И Геше Майкл говорит, если карма – это правда, а это правда, тогда эти 50 тысяч, они бы тебе пришли не от лжи. Лгать не обязательно, чтобы 50 тысяч заработать.

Я слушаю эти примеры 10 лет, почти каждый день я слушаю какие-то занятия по дхарме, по системе, и я в глубине души не могу в это поверить. Я не верю, что, если я найду способы, как платить меньше налогов в Австрии, и у меня будет больше денег, – я не верю, что если я заплачу все возможные налоги, то у меня будет столько же денег. Я не верю и всё. Вся моя сущность внутри, она говорит: «Не может такого быть, Максим, не может, найди способы, открой компанию не в Австрии, в Дубае, там меньше налогообложения, съезди туда, открой эту компанию, тебе точно всё откроют, все счета!». Я уже 10 тысяч долларов заплатил за эту поездку, мне ничего не открыл никто не ничего не открыл никто. Я заплатил – это минус 10 тысяч долларов баланса моей организации. Из них 5 тысяч долларов моя прибыль потенциальная была бы. Мне не открыли счет. Уже больше... Сколько, 2 месяца мы переписываемся с этими банками, это то еще занятие. Они мне сейчас прислали: «Максим, ты когда был у нас в банке, ты один листочек забыл подписать, приедь к нам в Дубай еще раз, пожалуйста, подпиши». Я не верю, у меня нету... В глубине своей души я не верю, что деньги происходят из кармы. Я думаю, они происходят от налоговой оптимизации. И я преподаватель тибетского буддизма, я закончил все 18 курсов. И я не поборол эту склонность. Но я борюсь. Я борюсь с этой своей глупой склонностью. И она глупая, потому что я знаю, что карма работает. И она действительно глупая, потому что я знаю, что карма работает. Конечно, я стараюсь не делать реально глупые вещи, но в глубине души у меня есть вот это убеждение, что вещи работают так, как они выглядят, они работают. И наша задача с помощью изучения пустоты ослаблять и ослаблять вот эту склонность свою видеть вещи самосуществующими. И это то, что от нас требуется на этом пути, глубже и глубже изучать пустоту. И это не вертикальный взлет, процесс – это взлет, падение, но потом новая вершина, потому что... Можно, пожалуйста, главную нам идею урока? Абсолютный способ осуществить свои мечты это вот прервать эти шесть шагов создания сансары. Нам нужно регулярно медитировать и начать медитировать со временем один час в день, это цель. Без того, чтобы медитировать один час в день, невозможно увидеть пустоту напрямую, заявляет Геше Майкл все эти 30 лет, что я его слушаю, лекции, в смысле вот эти тридцатилетние.

И когда больше и больше изучаете курсы, у нас есть шансы, и мы увидим пустоту напрямую. И видение пустоты напрямую – это вот этот чекпоинт, несгораемая точка. Потому что после нее, вот эта вера, что вещи существуют сами по себе, – она ломается. То есть они все еще вещи будут выглядеть, что они существуют сами по себе, но вот эта вера, она пропадает, больше человек не верит, у него нет глубины этой веры, что вещи существуют сами по себе. И

это наша с вами задача. Как же работает карма и пустота вместе, расскажет нам Ира. И организует чудесное представление.

Аплодисменты.

Ирина Джабали. Ну что, приветтики! Наше занятие точно не будет сегодня скучным. У нас сегодня было миллион препятствий, и выглядит так, что мы всё это преодолели, я надеюсь. У вас не было сегодня никаких препятствий? Трудности, но не препятствия. Хорошо. Мы сейчас с вами будем переходить к классическому примеру того, как одна вещь может быть для разных людей разной. Мы это будем делать на примере этого чудесного стакана воды (*демонстрирует стакан воды*). Или может быть не воды, а жидкости. Я сейчас постараюсь организовать столик так, чтобы вам было видно. И для этого представления мне нужен один доброволец из вас, который сыграет роль человека, очень простая, короткая роль.

Переводчица Анна. А можно переводчику? Можно я буду?

Ирина Джабали. Нет. Кто желает? Ты желаешь? Приходи. Присоединяйся к нам. Так, значит, мы на тебя, как на Человека, чтобы обозначить твою человечность. Так, держи (*надевает участнику-добровольцу в роли Человека бордовый галстук*). Я тебя приглашу в эту сторону. Сама тайно пронесу некоторые реквизиты, пока вы не видите. Поэтому так специально спиной к вам хожу. Итак, ходят слухи, что этот микрофон включается. Раз-раз. Раз-раз (*проверяет музыкальный микрофон, он выдает звук с эхом*). Итак, здравствуйте!

Человек. Здравствуйте.

Ирина Джабали. Вы кто?

Человек. Человек.

Ирина Джабали. Приятно познакомиться (*пожимают руки в приветственном жесте*). Что вы видите здесь? Что это такое, дорогой Человек?

Человек. Вода. Похоже на воду.

Ирина Джабали. Спасибо, дорогой Человек.

Аплодисменты.

Ирина Джабали. И, допустим, в эту комнату заходит к нам гость № 2. Давайте его поприветствуем (*хлопает, аплодисменты*). Добрый день (*пожимают руки в приветственном жесте*). Представьтесь, кто вы?

Дух. Жаждающий дух.

Ирина Джабали. И что же вы тут видите?

Дух. Кровь и гной.

Ирина Джабали. поприветствуем гостя № 3 (*хлопает, аплодисменты*). Здравствуйте.

Просветленное существо. Здравствуйте.

Ирина Джабали. Кто вы?

Просветленное существо. Я – просветленное существо.

Ирина Джабали. Очень приятно (*пожимают руки в приветственном жесте, Просветленное существо кланяется*). И что же вы тут видите?

Просветленное существо. Нектар.

☀️ **Стакан жидкости**



Стакан жидкости



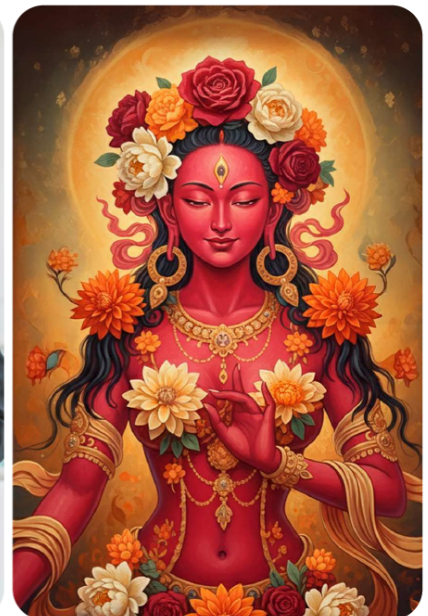
Вода

Ирина Джабали. То есть, получается...Ладно, это можно выключить (выключает музыкальный микрофон). У меня привычка уже с микрофоном ходить. Давай поменяемся местами (*переводчице*). Получается, что один и тот же стакан с чем-то. Три разные существа видят по-разному: человек видит это как воду, жаждущий дух видит это как гной и кровь. И Просветленное существо,

ангел, видит это как нектар. Всё правильно. Спасибо. Как такое может быть? Как вы думаете? Означает ли, что это вообще ничем не является? *Зал делает предположения.* Мне нравится, эффект ручки, всё от меня. Совершенно верно. Вещи являются теми или иными, потому что мы воспринимаем их тем или иным образом. И то, как мы воспринимаем их, зависит от того, какая у нас карма, какие у нас ментальные семена. То есть фактически, карма заставляет этих существ видеть тем или иным образом. Спасибо, дорогие существа, можете отправляться в свои места.

Просветленное существо. Можно Вам подарить (*надевает Ирине венок из цветов и зелени, который был у него на голове как обозначение просветленного существа*)?

Ирина Джабали. Спасибо. Теперь я становлюсь просветленным существом! Класс, мне нравится (*улыбается*). Спасибо. А покажем презентацию? Было бы здорово. Потому что это вопрос домашней работы. И это был вопрос №3. Покажем? Если кратко, хоть все три разные существа говорят разное, тем не менее... Давайте так, значит ли это то, что кто-то там имеет недостоверное восприятие или ошибается? *Зал делает предположения.* Верно, верно. У всех существ достоверное восприятие. Что добавляешь? Ну подожди, мы сейчас про достоверное восприятие. Поэтому да, у всех трех существ достоверное восприятие с учетом их собственных обстоятельств, с учетом тех факторов, которые у них есть. И эти факторы – это и есть их карма, хоть и эти как бы три объекта, которые увидены этими существами, они противоречат друг другу.



Спасибо за картинку Марине Дорошук :)

Но тут есть важный момент. Потому что мы как будто бы говорим об одном объекте, и что три разные существа видят его по-разному. Вопрос, что это за объект? *Зал делает предположения.* Супер. Это

Вообще ничто не является тем или иным?



не вода, которую мы по привычке называем как люди водой. Ты меня переводи сначала, а я потом повторю (*переводчице*). Я сказала, что тот объект, который три существа воспринимают по-разному, мы часто называем это и хотим как люди назвать это

«вода». Но корректно рассматривать это не как вода, а как жидкость. Поэтому в данном случае мы говорим об объекте «жидкость», который человек видит водой, а другие существа видят по-другому. Надеюсь, разобрались с этим. Вроде бы все понятно, да? Хорошо. Воду видит только человек, это важно запомнить.

Теперь мы можем уже переключать. Эти были три чудесных существа. Кстати, спасибо большое, Марина уже убежала, это Марина Дорошук сделала эту картинку, очень красивая. Мы рассмотрели, что стакан жидкости, в нашем случае – объект, и это три разных объекта, которые видят другие существа. Я так кратко делаю обзор того, чего у нас не было показано на слайдах. Является ли это ничем? Нет, это не является ничем. Нет, это ничего. Это не является ничем,

Возможно ли, что у всех 3 существ цема,

но при этом они выносят противоречивые суждения об одном и том же объекте?



двойное отрицание. Нельзя сказать, что это является ничем (*разъясняет переводчице*). Видишь, все-таки можно (*переводчице*). Может ли так, что у всех трех существ цема, но они выносят противоречивое осуждение? Да.

Четвертый вопрос домашнего задания. Что об этом говорит «Мадхьямика-прасангика»? Помните, какая это школа номер? Два-четыре? Четыре-два, правильно. Я хочу, чтобы у вас к концу восемнадцати курсов сложилось точно понимание и запоминание всех этих школ. 4.2. Школа «Мадхьямика-прасангика» – самая высшая. Да, вот как она это объясняет? Мадхьямика-прасангика, если нам повезет сегодня с презентацией, повезет, она объясняет это через три части: три материальные причины и три способствующих фактора. Помните ли вы, что такое материальная причина? *Зал делает предположения.* Чтобы не в сухую, не в пустую, за подарочек.

Участница из зала. Хорошо. Материальная причина – это такая субстанция, или вещество, из которой прорастает результат, и результат при этом имеет схожее качество к причине.

Ирина Джабали. Давай по частям. Материальная причина – это такая причина, из которой произрастает результат. И что? Имеет схожее качество.

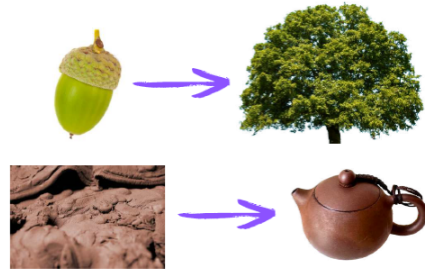
Участница из зала. И причина прекращает своё существование, когда уже проявляется результат.

АСІ 4.7

Материальная причина

– это **главная материя** или субстанция, которая **становится результатом**: вещь, которая «превращается» в результат.

ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱུ།
nyerlen gyi gyu



! Между мат. причиной и результатом всегда есть некое сходство

Ирина Джабали. И причина – karutt, когда проявляется результат. Супер. Может быть, помнишь, как это будет по-тибетски? Ладно, я тоже не помню... А, нет, помню! Нерленгигью. Подарочек (*вручает участнице подарок, звучат аплодисменты*). Хорошо. А можем починить презентацию, а то у меня там отсылки к прошлым урокам. В общем, если помните, на АСІ-4 мы показывали такой красивый слайд, где был дуб такой большой. Вот он, из маленького жёлудя вырастает большой дуб. Да, мы ещё, помните, делали чайную церемонию с вами, использовали искусственные средства, чтобы все запомнили, что такое материальная причина.

Так вот, что Мадхьямика-прасангика, как Мадхьямика-прасангика в данном случае, в данном контексте с этим объектом, как она использует эту идею. Она говорит, что три объекта, которые воспринимают три разных существа, они могут быть описаны как три части базового объекта.

И эта жидкость, демонстрирую **Что говорит**
(*демонстрирует стакан с прозрачной водой*), жидкая жидкость – это и есть материал или вещество, которое превращается в, собственно, каждый из трёх вариантов. Поэтому тут стаканчик, он на три части разделён (*указывает на слайд презентации*).

4.2 Мадхьямика Прасангика
= Школа Следствия

3 части,
3 мат. причины,
3 способствующих фактора



И также есть сопутствующие факторы. И что это за содействующие или сопутствующие факторы? Карма! Хорошо. Теперь, допустим, к нам в комнату заходит снова Жажущий дух. То была не беременная женщина, это был Жажущий дух, мы старались, как могли (*смеется*). Почему он с таким животом? Хороший вопрос. Жажущий дух тоже не беременный. Как правило, в писаниях описывается, что у жаждущих духов, вот он первый на картинке, что у них очень маленький рот и очень большой желудок. И ещё из-за рта постоянно какое-то пламя. И этот жаждущий дух, он пытается наестся, напиться, но у него ничего не получается, потому что то, что он видит, в принципе, не только эту жидкость, но всё, что он видит, что было бы для

других съедобным, для него это вот кровь и гной. И даже это он особо выпить не может, потому что у него супер маленький рот, а живот и желудок у него супер большой, он всегда супер голоден. И он постоянно вот пытается свою жажду к чему-то устранить, и у него ничего не получается. Мы будем подробнее это изучать на АСИ-8, все эти описания разных существ.

Так вот, допустим, в нашу комнату снова приходит жаждущий дух. Вопрос номер 5: что происходит с этими тремя частями, когда, собственно, он приходит и пытается попить из стакана? Это вопрос. Есть ли версии? Нет версии ответа? Максим показывает перерыв. Может, мы закончим этот вопрос, и потом на перерыв?

Зал. Всё становится для него красным.

Что происходит с 3 частями, когда жаждущий дух пытается выпить из стакана?



Ирина Джабали. Всё становится для него красным. Есть версия? *Зал* делает предположения. Я бы сказала, да. Эта жидкость, она не просто красной становится, она становится кровью и гноем. Она становится только тем, что он переживает. То есть вот

эта вот жидкость, эта или та, из части крови, из части красного, в общем смысле, превращается в кровь и гной для него. И после перерыва мы поговорим с вами о том, действительно ли это кровь и гной. Перерыв 10 минут до 19:55. Спасибо переводчику (*хлопает, аплодисменты*).

После перерыва.

Ирина Джабали. Хорошо, у нас последний вопрос домашнего задания. **Является ли кровь и гной, которые жаждущий дух видит в стакане,**

Последний, шестой. Является ли кровь и гной, которые видит жаждущий дух, действительно гноем и кровью? Давайте, кто голосует, что да (*поднимает руку, зал голосует*)? Так. Вопрос сформулирован так: является ли кровь и гной

действительно кровью и гноем?

которые видят в стакане жаждущий дух, действительно кровью и гноем? Давайте, кто голосует, что да (*поднимает руку, зал голосует*)? Кто голосует, что нет (*поднимает руку, зал голосует*)? Некоторые зарядку вечернюю делают (*поднимает поочередно правую и левую руки*). Ответ такой: кровь и гной действительно являются кровью и гноем. Тот факт, что это видит жаждущий дух, тот факт, что это есть восприятие жаждущего духа, навязанным ему его кармой, ни в каком образе не преуменьшает реальность этого.



То есть, когда мы... Почему важно это для нас? Потому что часто хочется сказать да, короче, это просто проекции. Но для жаждущего духа это и есть его реальность. Точно так же, как есть реальностью для меня то, что я вижу это водой. И то, что это вода, – это тоже восприятие. Моё восприятие.

Вот такой у нас сегодня чудесный, короткий урок. Сегодня мы поговорили о шести шагах создания сансары. То, как мы сами увековечиваем эту сансару. А, как говорит мой чудесный

● Итого, что прошли

☑ 6 шагов создания сансары

☑ Карма и пустота: 3 существа и стакан с жидкостью

муж, абсолютный способ осуществить свои мечты – это прервать эти шесть шагов сансары. И также мы поговорили о том, что три разных существа могут видеть один и тот же объект, жидкость – объект, тремя разными способами. У каждого из них достоверное восприятие, то есть нельзя сказать, что кто-то из них дурак, они видят то, что видят, из их кармы.

И как же связаны эти два вопроса, спросите вы. Если мы прервем эти шесть шагов создания сансары, то этот стакан жидкости перестанет для нас быть стаканом воды. Потому что он может стать для нас нектаром божественным. Потому что просветленные существа вне сансары. И, конечно, это касается не только воды или стакана с водой, – это касается всего. И особенно вот этих цилиндров (*хлопает по своим рукам и ногам*), которые мы, может быть, сейчас видим стареющими, болеющими, умирающими, тело. И мы можем увидеть это абсолютно иначе, мы, правда, можем увидеть это телом света. И поверьте, чем дольше вы будете тут тусоваться с нами, тем всё меньше и меньше это будет казаться какой-то странной, непривычной, неосуществимой идеей. Однажды вы проснетесь с осознанием, что вы можете это сделать. И это будет ваше личное осознание и ваше очень твердое ощущение, что это в ваших руках и вы способны это сделать.

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

Курс V

Как работает карма

Стенограмма к занятию 7. Кармический путь, чёрная и белая карма

Преподаватели: Максим и Ирина Джабали

(Максим и Ирина Джабали выражают благодарность за подготовку этой стенограммы Бойко Елене, Прус Елене, Яненко Анжелике и др.)

Максим Джабали. Седьмой урок курса номер пять, слава богу.

Ира Джабали. Уже робити переклад?

Максим Джабали. Да, да, уже можно. Что мы там проходили на прошлом уроке, напомните мне. Вчера, что вы запомнили? Давайте так, сколько денег я потратил на открытие дубайской компании и мне ее не открыли?

Зал. Десять тысяч

Максим Джабали. Десять тысяч, запомнил, Слава, отлично. Мне нравится, Слава внимательно слушает.

Зал. только начало тебя

Максим Джабали. Что еще запомнили со вчерашнего занятия?

Зал. 6 шагов

Максим Джабали. Верно, мы проходили шесть шагов, как создается сансара вообще. Где основное, это то, что у нас после того, как мы неправильно понимаем вещи, что мы делаем?

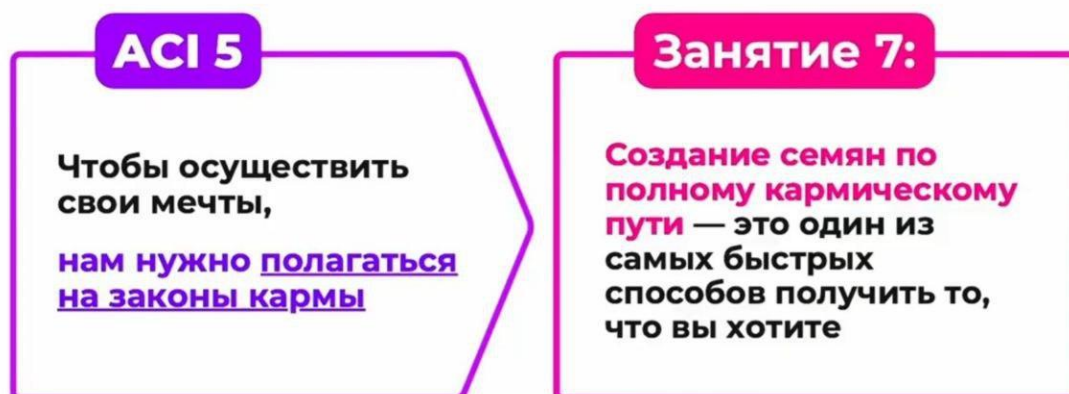
Мы начинаем делать вещи, часто не очень умные, которые все больше и больше это колесо закручивает. То есть вещи кажутся нам само существующими и мы к ним испытываем или невежественное желание, невежественное нежелание. Потом можно пытаться как можно меньше налогов заплатить, я вам рассказывал вчера. Кстати нет ничего плохого в том чтобы легально оптимизировать налоги. Это не плохая карма, вы никого не обманываете. Но если копнуть глубже, почему я так озабочен этой оптимизацией налогов, то потому что я не хочу делиться. И здесь то я и сею семена вот этого невежественного нежелания, которое вот эту сансару по кругу запускает. И сегодня мы продолжим эту тему кармы, как она работает и Ира нам расскажет про виды кармы и какие они вообще бывают.

Зал. Аплодисменты

Ира Джабали. Доброе утро! Да сегодня мы разберем, какие виды кармы еще бывают. Помните быть может мы уже начинали с вами этот разговор открывали эту странную шкатулку с миллионом квалификаций. Помните какие то виды кармы?

Зал.

Ира Джабали. Там можно, например, супер! Примерно, примерно. Значит, можно поделить карму на две части. На две части: Ментальная и физическая. И вот как раз физическая, она бывает сообщающей формы и несообщающей формы. Можно также разделить на три части: на добродетель, не добродетель, нейтральную карму. Сегодня еще одна классификация. Может быть, Вы слышали, есть белая карма и черная карма и можно подумать, что это плохая и хорошая карма. Но не совсем это так, и мы сегодня будем с вами это разбирать. Также мы будем говорить о полном кармическом пути и как называются те знаменитые четыре шага, о которых Вы уже знаете. Раньше, скорее всего, Вы слышали какое-то такое более краткое объяснение и сегодня мы в глубину пойдем. Изучим вообще, откуда эти четыре шага, какой источник и в завершении мы поговорим о том, есть ли разница между кармой и кармическим путем. И если да, в чем, собственно, эта разница. И все это нам поможет понимать, как быстрее получать то что мы хотим, потому что основное сообщение сегодняшнего урока, что создание семян, создание кармы по полному кармическому пути, это один из самых быстрых способов получить то, что мы хотим получить.



Ира Джабали. Хорошо, погнались.

Супер. И перед тем, как приступить к классификации кармы, давайте поднимем одну интересную тему. И эта тема про разные сферы существования. Вот это разделение на черную и белую карму, еще есть черно-белая, оказывается, карма. Есть черная, белая и черно-белая. Третий вид. Есть черно-белая и черно-белая карма. Есть три вида. Это разделение сделано по принципу, кто совершает карму. И, собственно, чтобы поговорить, кто совершает эту карму, хорошо бы разобраться, кто может совершать карму. Поэтому мы приходим к этим всем сферам существования в сансаре. Хорошо, кто может совершить карму?

Может быть, Вы уже знаете, может быть, кто-то слышал про три сферы существования? Может быть, есть какие-то догадки.

Но, Лена, что помнишь?

Зал. Слышала

Ира Джабали. Хорошо. Есть три сферы: Сфера желаний. Это была первая сфера. Сфера форм.

Зал. Корпус

Ира Джабали. И сфера без форм. Бесформенная сфера. И без корпуса сфера. Как думаете, где живем мы, человеки?

Зал. Желание

Ира Джабали. Желание, говорит человек с подписью Вунс. Значит, Вунс, это был ответ. Я так предполагаю, как-то это связано, да, все-таки?

Зал. С этого начался мой путь

Ира Джабали. Вау, красиво. Хорошо. Да, это правда, люди находятся в сфере желаний, мы с вами. Сфера желаний называется так, потому что у нас много желаний. Потому что наше поведение, оно пропитано этими желаниями. Мы постоянно чего-то хотим и зачастую действуем, исходя из того, чтобы удовлетворить эти желания и в целом основной человеческий фокус, интересно подумать об этом еще, это еда и секс.

Зал. der Sex

Ира Джабали. Тебя слово секс интересует?

Ира Джабали спрашивает у **переводчика.** Как секс по-немецки?

Переводчик. der Sex

Ира Джабали. Как-то несексуально звучит.

Зал. Секс, интернационально. Это более понятно.

Макс Джабали. Может, у Саши романтичный перевод.

Сансара:

1) Сфера
желаний

2) Сфера
форм

3) Сфера
без форм

Ирана Джабали. У Саши романтический перевод, с австрийским флёр. Хорошо. Кто же живёт в этой сфере желаний, кроме людей?

Хотите знать? Может, догадываетесь? Кроме людей, кто ещё живёт в этой сфере желаний?

Ира Джабали. Может быть, кого-то со вчера помните?

Зал. Жаждающие духи

Ира Джабали. Отлично, жаждущие духи.

Переводчик. Кто може допомогти жаждущим духам? Горячие духи. Они живут в сфере желаний.

Ира Джабали. Да. Также Лена добавляет боги и полубоги. Мы их стараемся называть

Сансара:

1) Сфера желаний:

1. Ады
2. Голодные духи
3. Животные
4. Люди
5. Полу-боги
6. Боги

2) Сфера форм

3) Сфера без форм



скорее более точно. Это существа полных удовольствий и полусущества удовольствия. Хотя, видите, я на слайдах почему-то по привычке написала всё равно боги и полубоги. В общем, да, давайте называть их полусущества удовольствия и полное существо удовольствия.

Мы будем называть их полусущества удовольствия и полное существо удовольствия. И также последняя категория, которую мы не упомянули, это существа ада, существа адов. И давайте ещё раз просуммируем. Значит, у нас есть три сферы. В сфере желаний живёт шесть категорий существ:

- Существа ада.
- Животные, животных мы забыли.
- Жаждущие духи.
- Люди.
- Полусущества удовольствия.
- И полное существо удовольствия.

Вот такие у нас жители. Кстати, они все изображены на “Колесе жизни”, которое там у нас при входе висит.

Тут плохо видно на слайде но я попыталась отметить прямо на “Колесе жизни”, где можна найти, вот видите внизу я так предполагаю находятся разные виды адов. Тут, помните, мы вчера обсуждали, что голодные духи, они с таким животиком изображены. Вот они тут так тоже с животиком изображены. Ну и так далее, Вы тоже потом сможете это рассмотреть.

Сансара:

1) Сфера желаний:

1. Ады
2. Голодные духи
3. Животные
4. Люди
5. Полу-боги
6. Боги

2) Сфера форм

3) Сфера без форм



Дальше у нас есть сфера форм. У неё вообще-то четыре уровня. Четыре подуровня, можно сказать. И жители этой сферы, там тоже живут такие существа удовольствия. По названию можно понять, что они обладают формами у них, как правило, очень такие красивые тела. И в этой сфере эти существа, они пребывают постоянно в медитации. Поэтому они там не совершают никаких плохих поступков. Потому что они в глубокой медитации всё время.

Проблемка есть пребывание в той сфере. Может быть знаете, какая? Может быть догадки есть?

Хорошо. Поскольку они там пребывают, получают только удовольствие. За время пребывания там, они теряют всю свою хорошую карму, которую они до этого очень долго копили и после того, как они её истрачивают, они попадают вниз.

В общем, туда, в пункт 1, подпункт 1, в самые низшие сферы.

Есть также третья категория. Сфера без форм. Похожа на предыдущую категорию. Тоже там 4 у неё подкатегории. Тоже там существа удовольствия живут. В отличие от того, что у них нет тела. То есть это такой поток ума, который постоянно находится в глубокой медитации. И так как они в медитации в этой глубокой, плохих поступков они тоже не совершают. Как думаете, в какой сфере живут просветлённые существа? Есть версия сферы желаний. Что ещё думаете?

Зал. Нет версии вообще

Ира Джабали. Есть версия без форм. Это все три формы, видите, они относятся к сансаре. Относятся к сансаре, эти три. Просветлённые существа, они не относятся к сансаре. Они вне сансары. Я думала, вы по моей хитрой улыбке уже понимаете, что тут где-то подвох, какое-то скользкое место. Будды вне сансары, и наша цель тоже выйти за пределы этого колеса. Хорошо, теперь, когда мы разобрались с основными сферами существования, будет легче с видами кармы. Начнём с чёрной.

Чёрная карма.

Это не добродетель, какие-то нехорошие поступки, совершенные кем-то в сфере желаний, то есть в нашей с вами сфере и почему эта карма чёрная?

Потому что описывают, что у неё суть чёрная и результат чёрный. Сущность. Вот эта чёрная суть она относится к тому, что она связана с какими-то ментальными омрачениями, с негативными мыслями, эмоциями. А чёрный результат, потому что результат такой кармы, это будет страдание. То есть это то, что напрямую связано с сансарой, с увековечиванием этого страдания. Какой может быть пример чёрной кармы? Давайте, кто что сегодня, начернил сегодня утром уже.

Зал. Гнев

Ира Джабали. Гнев, отлично.

Зал. Воровство

Ира Джабали. Да, воровство, супер!

Хорошо, всё, давайте с мрачными новостями прекратили. Давайте теперь белая карма. Я не буду Вас допытывать, потому что, скорее всего, Вы не угадаете, поэтому сразу скажу ответ. Это не очевидный ответ.



Ира Джабали. Потому что белая карма — это та добродетель, те хорошие дела, которые сделаны в сфере форм. В сфере желаний, тут мы белую карму не делаем. Обещала хорошие новости, но как-то звучит это так себе.

Зал. Пример можно?

Ира Джабали. Вопрос про пример. Я не знаю, мне сложно привести какой-то пример. Существо из сферы форм делает какое то хорошее дело, может быть, это то, что он медитирует, но это моё личное предположение. Может быть, это и есть белая карма.

Макс Джабали. У него нет невежественного желания, невежественной неприязни, потому что он не находится в сфере желания. Это догадка моя.

Ира Джабали. Значит, Максим говорит, что его догадка в том, что существа в сфере форм, у них нет невежественного желания и невежественного нежелания. То есть у них вообще нет желания, поэтому их карма белая. И вот эти вот существа форм, описывается, что они супер красивые, такие как супермены, супервуманы. Но при этом они там конкурируют все равно между собой, завидуют друг к другу, ревность у них есть. А вот эта карма белая, у неё белая суть и белый результат. И эта карма белая, у неё белая суть и белый результат. В белой, белая суть, белый результат. И почему эта суть белая? Потому что вот это существо, существо сферы форм, которое совершает эту белую карму, оно, у него нет такого прямого страдания. Нет страдающего тела. Вопрос?

Зал. Опрос, да. Мне тогда непонятно, если они там конкурируют между собой, есть зависть, это разве невежество?

Ира Джабали. Хороший вопрос! Вопрос из зала, если у них есть конкуренция, зависть, не является ли это невежеством?

Я, кстати, когда готовилась к этому занятию, мне тоже не давало покоя, раз у них есть вот эта конкуренция, какие-то вроде бы негативные вещи, то они как-то и негативную карму, казалось бы, должны накапливать.

Я не нашла ответа на этот вопрос.

Зал. А может они из прошлых жизней копили столько хорошей кармы медитируя, что одна грань закрывает другое?

Ира Джабали. Так, подождите, давайте с переводом. Может ли быть такое, что они за прошлую жизнь накопили столько хорошей кармы, что теперь они находятся в этой сфере, да?

Ну, логично, что как-то они эту карму создали. Чтобы попасть в эту сферу форм. Но проблемка-то в том, что они все-то еще в сансаре. Эта карма истребляется, и... Поэтому я не знаю, как у них в сфере форм относительно других видов кармы. Мне кажется, собственно, моя интерпретация, что мы рассматриваем этот здесь вопрос, чтобы понять, что мы как люди не создаем белую карму. То есть мы-то создаем много хороших поступков, ну, например, благотворительность, мы удовлетворили, закрыли чью-то потребность, проявили щедрость.

Считается ли это белой кармой?

Зал. Нет

Ира Джабали. Нет. Потому что это черно-белая карма. Это есть все наши хорошие поступки, которые мы совершаем в нашей сфере желаний. Иногда ее называют белогрязной кармой, мне кажется, еще. И почему черно-белая вместе? Потому что результат белый, а суть черная.

Почему результат белый? Потому что хорошие поступки ведут к хорошему. Щедрость проявили, получим взамен гораздо больше благосостояния.

Но поскольку мы в этой сфере желаний, наша суть, она черная.

И черная, потому что, ну, как говорится, не потому что мы плохие люди, душа черная, нет. Потому что у нас в нашем уму, в потоке нашего ума уже встроено это страдание, мы в страдающем теле живем. Но при этом результаты мы хорошие создаем, поэтому черно-белая.

Хорошо, хотите еще один секретный вид кармы?

О нем редко говорят, Вы его в правильных ответах не найдете. Это не запятнанная карма. Это карма, которая не имеет ни черного результата, ни белого результата. Это карма, которая не имеет ни белого, ни черного результата. И эта карма так функционирует, что она устраняет всю черную карму.

Может быть есть догадки, что это такое?

Вчера тоже немножко об этом говорили.

Зал. Медитация

Ира Джабали. Это видение пустоты напрямую, восприятие пустоты на прямую. Кстати, в Абидарме они говорят не восприятие пустоты напрямую, они говорят прямое восприятие отсутствия само существования. Прямое восприятие отсутствия само существования. Ой Геше Майкл, ой Геше Майкл! Заставляет всех нас изощряться на всех языках, на иностранных языках.

Зал. Акробатика ума.

Ира Джабали. Класс, мне нравится. Нейронные связи новые формирует. На самом деле это не Геша Майкл, это тибетцы, потому что таким образом вот этими отрицаниями, отсутствиями легче показать, легче устранить слепые пятна в нашем уму.

И видение пустоты напрямую, мы вчера говорили об этом, это когда Вы находитесь в глубокой медитации и Вы напрямую видите, что все в Вашем мире происходит. Максим мне так показывает. Правильно.

Мы вчера говорили, что когда вот эти 20 минут видения пустоты напрямую, мы не можем понимать, мы не можем думать о том, я вижу пустоту напрямую. Когда у нас есть этот опыт, непосредственный опыт видения пустоты напрямую. Он длится около 20 минут. И в этот момент мы не можем осознавать себя. Мы не можем думать, я вижу пустоту напрямую. Наши органы чувства как будто бы сворачиваются, мы не ощущаем ими, что происходит снаружи. И тут правильно сказать, что благодаря этому опыту, мы после этого понимаем, да, инфа 100%, 100% мир происходит из меня. У нас уже после этого нет сомнений, что может быть иначе. И это наша с Вами цель. И цель всех этих АСИ курсов, достичь этого опыта, получить этот опыт.

3 вида кармы

Черная

НЕдобродетель
в сфере желаний



Белая

добродетель
в сфере форм



Чёрно-белая

добродетель
в сфере желаний



Хорошо, как думаете, какую карму создает Будда?

Зал. А создает он вообще карму?

Ира Джабали. Отлично, а создает ли он вообще карму?

Верно, по отношению к Будде слово карма вообще не используется.

Карма – это сансарная тема. Будда, как мы говорили, вне сансары. В целом говорят, что Будда создает чистые семена. Но это больше не карма, можно так сказать. Так что наша с Вами задача, вообще-то устранить все эти три типа кармы. Устранить, очистить, даже белую. Потому что нам больше никакая карма не нужна, нам вообще сансара не нужна, мы хотим на выход. Есть вопрос.

Зал. Мы же не создаем белую карму или я что то пропустила?

Ира Джабали. Сейчас дойдем. Вопрос в том что мы не создаем белую карму, че нам ее тогда устранять? Да, мы об этом поговорим тоже. Но в чтении, когда Вы будете читать чтение на платформе, там будет говориться устранить белую карму. И это значит, что устранить, очистить ее путем видения пустоты напрямую, устранить невежественное желание и нежелание сансары, невежественное желание оставаться в сансаре. Есть два способа, как устранить это невежественное желание оставаться в сансаре. Вы в целом как? Вы хотите перерыв или еще двигаемся дальше и перерыв попозже? Попозже, супер. Это, кстати, не домашка. Это не домашка, это опциональный вопрос. Но расскажу, как устранить желание, вот это невежественное желание оставаться в сансаре. Есть два пути: есть мирской путь, у нас будет мирской путь и вне мира. Ситуация, да?

И мирской путь, это путь с помощью медитации. И вот когда мы медитируем, когда мы уже медитируем регулярно, каждый день, все глубже и глубже, однажды мы в медитации можем достичь сферы форм. И в ней есть четыре уровня.

Мы в этой медитации ментально можем перемещаться между этими уровнями. Если мы еще глубже медитируем, мы можем достичь сферы без форм. Там тоже четыре уровня.

В данном случае мы как бы перемещаемся по этим уровням все глубже и глубже но потом мы заканчиваем медитацию, и вот мы. Мы никуда не исчезаем, мы снова в нашем теле, все нормально.

То есть мы находимся все еще в сфере желаний, но в медитации наш ум, он может попадать в сферу форм или сферу без форм. Исходя из того, какой у нас уровень медитации. Одна из медитаций, которая позволяет попасть в эти сферы, это танец льва. В 12 курсе будем изучать. Вообще-то уже совсем скоро. Это как раз та медитация, где мы можем натренировать, чтобы попасть в эти сферы.

Спокуха мы вернемся потом обратно, никуда не улетим навсегда. Сейчас я закончу мысль и потом вопросы.

И говорится в писаниях, в древних источниках, в книгах, чтобы попасть в сферу форм или сферу без форм, на какой-то уровень, то мы как раз в медитации и сеем такие семена, например, мы сделаем медитацию танец льва, условно зависаем на втором уровне сферы без форм, чаще всего. Это сажает семена, что в будущем мы можем оказаться в следующей жизни, например, существом сферы без форм соответствующего уровня. Это то, как мы и можем туда попасть. Когда слишком много медитируем на одном из этих уровней, поэтому в нашей линии передач, в нашей традиции, не рекомендуется слишком сильно увлекаться этим видом. Но это не значит, что не надо совсем медитацию делать. Потому что нам определенная платформа нужна для восприятия пустоты напрямую.

Помните, какой уровень?

Первый уровень сферы форм. То есть, в принципе, первый из всех этих уровней.

Поэтому нам важно натренировать свой ум, чтобы научиться попадать на этот первый уровень сферы форм. И Геши Майкл говорит, что чаще всего он говорит про час медитации, но в этом занятии он почему-то говорит про 45 минут медитации.

Он говорит, если вы реально каждый день хорошо делать 45 минут медитации, то в конечном счете ваш ум достигнет этого первого уровня сферы форм.

Но мы не предлагаем вам сразу 45 минут делать или час, начинайте постепенно, чтобы тренировать свой ум, это как мышцы. Это мы с вами говорим про в целом мирской путь устранить невежественное желание сансары с помощью медитации.

Добавить хочешь что-то? В микрофон скажешь?

Максим Джабали. Я хотел коротко добавить, как вообще ощущается сфера форм, потому что, мне кажется, не очень понятно, что это такое.

У вас было когда-нибудь такое, что вы увлеклись какой-то книжкой и забыли о времени? Читали книжку. Было ли у вас такое, что вы увлеклись книжкой настолько, что вы поесте даже забыли? Или фильмом, или сериалом? Или может на работе у вас какая-то интересная задача очень была? Бывало такое? У всех такой опыт есть? В этот момент можно сказать, что ваши желания - еды, сна, они начинают притупляться как будто, то есть они меньше становятся.

Потому, что, когда вы просто расслаблены, ничего не делаете, ваш ум блуждает, конечно, хочется и есть, и пить, все хочется. Но когда ваш ум очень сильно на чем-то сфокусирован, на объекте, как будто вот эти желания начинают притупляться. И это то, как ощущается прогресс в медитации.

Переводчику: Прогресс так и будет.

Максим Джабали. Вы садитесь медитировать, ваш шум становится все более и более сконцентрированным. И в какой-то момент вы даже можете заметить, что вам, во-первых, вы не знаете, сколько прошло времени вашей медитации, у вас очень хороший фокус был. Во-вторых, вам не хочется ни есть, ни пить, ничего не хочется. В какой-то момент глубокой медитации, вам даже может перестать хотеться дышать. Это называется Кивала Кумбака, наша естественная задержка дыхания. Да не то, что вы вдыхаете и держите. Просто дыхание останавливается, это может сначала быть на 20-30 секунд. Потом может быть на минуту. И у нас с Ирой есть наши наставники, которые рассказывали о том, как это ощущается. Геше Майкл в том числе об этом рассказывал на лекциях. И поэтому просто эти желания, они притупляются и притупляются, и притупляются до того момента, пока в какой-то момент они вообще не пропадут, когда твой ум уже находится очень глубоко на высокой стадии медитации, в сфере форм, например. Но у нас есть у всех вот этот опыт, как ощущается хорошо сфокусированный ум. Я об этом и хотел добавить. Спасибо.

Ира Джабали. Спасибо, Макс. Я еще добавлю, что, когда это с нами происходит, у нас очень много удовольствия. Да. В твоём голосе интонация прозвучала - удивление. Как от медитации может быть удовольствие? Да ладно. Удовольствие, блаженство. Да, и проблема в том, что все меньше и меньше хочется оставаться в этих проблемах, всех мирских. И хочется быть там, в этом блаженстве. Я думаю, для этого вообще есть этот фрагмент лекции, чтобы показать нам, что нам важно не заливаться в этом блаженстве. Какая проблема в том, чтобы заливаться там, в этом блаженстве? Начинаете подозревать, какая тут скользкая дорожка. Нет, не желание, не в этом дело.

Зал. Может понравится, и мы можем там остановиться.

Ира Джабали. Верно, вместо того, чтобы пойти по пути, который я вскоре расскажу, мы начинаем зависать в этом блаженстве на каком-нибудь уровне сферы форм или без форм. Семя для того, чтобы потом переродиться в той сфере. Перерождаемся там, тусуемся там как существо удовольствия, а потом, тут аккуратно подсказывают – а потом в ад. И не то, чтобы это метафора. Согласно писаниям, действительно, эти существа потом отправляются в самый низ. И потом все заново.

Поэтому несмотря на то, что вы дойдете до того момента, когда у вас будут божественные, классные, супер приятные ощущения в медитации. Несмотря на то, что у вас будет классная медитация. И у вас будут там очень приятные, блаженные ощущения. Во что сейчас не верится. Но если вы продолжите медитировать, это случится гораздо быстрее, чем вы думаете. Ваша задача вспомнить, что не надо привязываться к этим приятным ощущениям. Есть даже такой принцип бодхисаттвы, не привязываться к приятным ощущениям от медитации, как раз для этого. Мне вот эта вся история напоминает, знаете, мне кажется, в сериалах я видела, что в Штатах есть большие корпорации, у них такие многоэтажки, офисные здания. И вот там люди, они обычно работают на разных этажах, зависимо от своего положения в карьере. Считается, чем выше ты работаешь, на более верхнем этаже, тем ты круче. Зарплата лучше, страховка, какие-то плюшки в офисе лучше.

Ира Джабали. И вот эта вся история мне напоминает, как будто я работаю в сфере желаний, где-то там на первом этаже. И в медитации я могу съездить на какой-то там, на 10 минут на какой-то этаж. Там, конечно, все классно, не так, как на первом этаже. Но моя задача – не пытаться хотеть такого карьерного роста. И вот, что хорошая идея делать, говорится в писаниях.

До этого мы описывали путь мирской. Сейчас я начинаю описывать путь вне мира. Тот путь, который мы хотим пройти. Чтобы выбраться из этой сансары. Так, вот, мы на нашем условном лифте приезжаем на первый уровень сферы форм. И там наша задача – переключить наш ум на восприятие пустоты напрямую. Потому что на этом уровне ум такой яркий, такой ясный, очень сфокусированный, наполненный удовольствием. И вместо концентрации на этом удовольствии, мы начинаем фокусироваться на пустоте. Мы думаем в этот момент о пустоте. И это помогает нам, если кратко, увидеть пустоту напрямую. Я думаю, позже мы будем детальнее это все изучать. Но если вдруг мы просто будем кататься по этажам и залипать на удовольствии. Это просто путь в никуда.

Нам достаточно натренировать ум на первую сферу форм. Я себе решила, что в моей многоэтажке вертолетная площадка. Я сажусь на свой вертолетик и покидаю эту сансарно-офисную многоэтажку навсегда. Я желаю этому всем здесь присутствующим: вживую, онлайн, слушающим записи, вообще-то всем живым существам. Увидеть пустоту напрямую, это и есть незапятнанная карма. И, как раз это и устраняет желание оставаться в сансаре.

Перерыв.

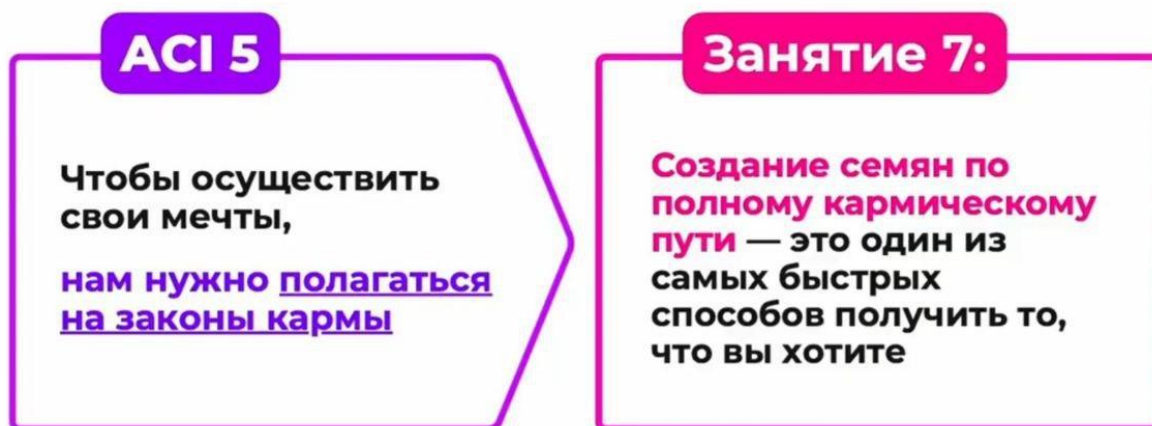
Максим Джабали. На каком мы там курсе? Четвертый, правильно? Пятый? Хорошо. Какая у нас главная идея этого курса? Читайте заметки, выкручивайтесь, как хотите.

Зал. Как создать карму? Как работает....

Максим Джабали. Это общая тема, но у нас есть главная идея курса. Какая? Владимир, открывайте, что у вас написано? Так, начало хорошее - чтобы исполнить свои мечты, надо полагаться на законы кармы. Чтобы осуществить свои мечты, нам нужно полагаться на законы кармы. И сегодня мы говорим о том, что создание семян по полному кармическому пути, это один из самых быстрых способов получить то, что вы хотите.

Переводчику: Отличный перевод.

Максим Джабали. Мы с вами разобрались, что такое черная, белая, черно-белая карма. Какой вопрос, я надеюсь, у вас возник к этому моменту? На каком мы курсе, в каком городе? Что такое полный кармический путь? Вы знаете? Это главная идея нашего урока. Будем разбирать или не



будем? Мы с вами разобрались, что такое черная, белая, черно-белая карма. Какой вопрос, я надеюсь, у вас возник к этому моменту? На каком мы курсе, в каком городе? Что такое полный кармический путь? Вы знаете? Это главная идея нашего урока. Будем разбирать или не будем?

Вообще-то, полный кармический путь — это то, на чем основаны четыре шага, которые вы уже много раз слышали. Напомните, что там за четыре шага? Думают, Боже, прицепился, только по «Наполеону» (*пирожное*) съели, начинается - Четыре шага, тема курса (*улыбается*). Отлично, первое определить, что ты хочешь. К примеру, Слава, ты чего хочешь?

Зал. Автомобиль, а конкретно BMW.

Максим Джабали. Какую ты там присмотрел уже, Слава?

Зал. А Икс

Максим Джабали. Где же ты ее присмотрел, интересно, Слава? Посидеть дали уже за рулем?

Зал. Просто посидеть.

Максим Джабали. У Славиного хорошего друга такая BMW, просто, я этого друга знаю. Это, кстати, тестовая тревога, не пугайтесь. Все в порядке. Второй шаг, Слав, какой?

Зал. Найти человека, который хочет тоже А Икс.

Максим Джабали. Достаточно просто машину, хорошую машину. Второй шаг — найти кармического партнера, который хочет то, что ты хочешь. Третий шаг, Слав, какой?

Зал. Третий шаг — помочь ему как-то этот автомобиль создать.

Максим Джабали. Классически мы говорим, один час в неделю надо помогать. Например, созваниваешься с другом в зуме, говоришь: «А можешь показать экран?» - спрашиваешь его. Там есть кнопка поделиться звуком. Кнопка в зуме есть - поделиться звуком. Ты говоришь: «Давай вместе посмотреть автообзоры на ютубе. Будем выбирать тебе тачку». Девушки у нас не очень смеются. Но ни один мужчина просто так не покупает себе машину. У меня есть друг, который заказал машину, она к нему еще не приехала. Я ему звоню, его подкалываю, говорю: «Ну, что ты уже все автообзоры посмотрел?». Он говорит: «Ну, да, в принципе, на русском которые были, все уже посмотрел».

В общем, вы один час в неделю помогаете этому человеку достичь его цели. И четвертый, какой важный шаг?

Зал. Кофе-медитация.

Максим Джабали. Вечером радоваться тому, что вы сделали. Кто уже что-то делал по четырем шагам, получил какие-то первые результаты? Люда, у тебя какой результат? Ноутбук Люда себе насоздавала. Подарили. Ира, у тебя какой результат?

Зал. Похудела.

Переводчик. Я тоже.

Максим Джабали. Ты тоже похудела?

Переводчик. Нет, я нашла новую квартиру за 13 дней.

Максим Джабали. Саша новую квартиру нашла. У вас что?

Зал. Я получила классную работу.

Максим Джабали. Классная работа, супер. Оксана, что у тебя?

Зал. Я в Вену переехала.

Максим Джабали. Оксана в Вену переехала по четырем шагам. Любимое дело создала. Слава, тянул руку. Что Слава сделал?

Зал. Я слушаю, что все говорят.

Максим Джабали. Выбрал машину BMW.

Зал. Все же говорят про деньги: «Я переехала, я купила, я имею». Я тоже могу сказать. Я создал деньги, также как каждый из вас создал деньги таким образом.

Максим Джабали. Супер, Слава. У Славы тоже денежный результат. У Оли что?

Зал. У меня не про деньги, у меня духовная свадьба.

Максим Джабали. Духовная свадьба с мужем была в Турции у Оли. Ну, и муж подарил красную Теслу, кстати. Интересно ли вам узнать полную версию четырех шагов, которые еще более мощные, еще более быстрые результаты могут быть? Или повторим просто десять этических принципов? Полный кармический путь?

Зал. Да

Максим Джабали. Давайте. Полный кармический путь.

Кармический путь

1. Основа (объект)

В общем, это то, на чем основаны эти четыре шага. И их Лорд Майтрейя надиктовал Мастеру Асанге. И так, первое, это объект, который вовлечен в действие. Я вообще объясню, почему есть идея этого полного кармического пути.

Вы идете по улице, например. Видите бездомного какого-то. И вы просто дали ему деньги и пошли дальше. Это одна карма, одни семена. Другая история: вы определили, что вы хотите увеличить доход. Вы нашли конкретного бездомного, которому вы хотите помогать. Ира там нашла себе товарища возле виллы, у нас возле дома. Вы ему помогаете каждую неделю. Ира ходит, ему книжки дает, колбасой его кормит. Вегетарианской или обычной? Какую любит он, в общем. И потом приходит домой, и рассказывает, что вот она ему подарила книжку на немецком, специально нашла для него. Что «Алмазный оградчик» или какую? Какую-то кармическую, в общем, Геше Майкла Роуча книгу. Это разные семена, вы понимаете? Это разной мощности семена, с разной скоростью они будут всходить. Потому, что в первом случае,

когда вы просто дали денег бездомному, вы ничего не планировали, вы об этом не думали, а во втором случае вы планировали, думали, поливали семена. И поэтому, я предполагаю, Мастер Асанга он спросил Мастера Майтрею, какой самый мощный, быстрый способ возвращать те семена, те результаты, которые я хочу в жизни. И вот Мастер Майтрея говорит: «Сначала тебе нужно определиться, какой у тебя будет объект». То есть мы, все про деньги говорят. Давайте рассмотрим пример с деньгами. К примеру, кому за последний месяц, расскажите, один человек или одна компания, кому вы помогали финансово?

Зал. ALL.

Максим Джабали. ALL, это Asian Legacy Library, который сохраняет книги. Люда, кому помогала?

Зал. Фонд вечной мудрости.

Максим Джабали. Фонд вечной мудрости АКМ. Оксана, кому?

Зал. Детский дом семейного типа.

Максим Джабали. Детский дом семейного типа. Еще кто кому помогал? Кому, Наталья?

Зал. Я помогала проводить этот замечательный курс.

Максим Джабали. Супер, а финансово кому помогали? Донатом. Делали донат на проведение курса. Супер. А кстати, как правильно - Наталья или Натали?

Зал. Натали.

Максим Джабали. Еще что-то вы хотели добавить?

Зал. Нашему техническому ангелу Настеньке.

Максим Джабали. Супер, Насе помогли. Слава подпрыгивает, там много кому помогал, за последний месяц, предполагаю. Слава всех не перечисляй – один, два.

Зал. Три

Максим Джабали. Три. Слава, четыре дня прошло этого месяца.

Зал. Прошлый месяц.

Максим Джабали. Хорошо, прошлый месяц.

Зал. Ночной клуб Майкла Роуча (*все смеются*).

Максим Джабали. Называется Good Night Reading Club. Это клуб «Спокойной ночи», они там книжки читают.

Зал. Донеишн на фонд вечной мудрости и АСИ.

Максим Джабали. Фонд вечной мудрости и АСИ, какой? И организацию АСИ. То есть, ребята, то, кому вы помогаете, влияет на то, какие семена вы посетите. Вы понимаете, правильно? Мы с вами изучали мощные кармические объекты: те, кто вам помогал раньше; те, кто, может быть, видел пустоту напрямую, как может быть Геше Майкл Роуч; или, может быть, это организация,

которая распространяет эту мудрость, систему семян. То есть объект влияет на то, какие семена вы накопите. Кстати, по-тибетски очень легко выучить эти четыре шага. Хотите выучить? Я вам скажу всю фразу, потом можно будет повторить: «ШИ, САМПА, ДЖЁРВА, ТХАР ТХУК». Теперь можем повторить по очереди: ШИ - это вот этот объект; второе, САМПА, это связанное с этим думанием. То есть, какие у вас были мысли по поводу этого донеишена. Ну, например, Слава, ты донатил в Фонд вечной мудрости, о чем ты думал?

Зал. Чтобы все живые существа получили абсолютное счастье.

Максим Джабали. Слава думал, пусть все живые существа полное счастье получают. Есть примеры более простые, чем у Славы? Типа, пусть просто я денег получу. Избавиться от страданий, неплохо. Оксана, что у тебя?

Зал. Я Детскому дому помогала специально для того, чтобы, во-первых, помочь (я не одна собираю, много людей). И помогать другим создавать безопасность в своей жизни. Чтобы они могли заниматься духовными практиками.

Максим Джабали. Супер. Оксана донатила, чтобы у них была крыша над головой. Могли заниматься духовными практиками - в Дом семейного типа. То есть, думание, оно влияет на то, какие семена вы посеете. К примеру, месяца в августе, два месяца назад, мы пошли в ресторан с друзьями. Это был дорогой ресторан. У нас было человек, я думаю, человек 12. Очень большая компания. И ко мне подходит в конце мой друг, и говорит, давай пополам рассчитаемся за всех, угостим. А я ему сам неоднократно такие авантюры предлагал, но те рестораны были подешевле, людей там было меньше. И я вот думаю, ну я не могу ему теперь отказать. Потому что я сам его много раз спрашивал, давай вместе пополам разделим все. И поэтому я говорю: «Ладно, хорошо, давай». И он сам рассчитался и сказал: «Я тебе потом скажу, перешлешь мне». И вот он мне пишет, где-то через несколько дней, говорит: «Ну, 1200 евро получилось, давай пополам». И я такой: «Сколько?». Я уже согласился, я не могу ему сказать нет, значит это дорого, я думал меньше будет. И я скрепя зубами, я ему перевожу эти 600 евро. Думаю, ну ты меня втянул, конечно. Было жалко. И это другие семена, и это другое вовлеченное

думание. Кстати, посеял ли я семена щедрости? Не посеял, кто-то считает посеял, кто-то не посеял. Кто еще как думает?

Зал. Деньги придут, но как?

Максим Джабали. Деньги придут, но как? Верно. Кто-то например, я не знаю, на какой-то мой проект, к примеру, на этот АСИ 5 даст денег, но не так как Слава, с радостью: «Берите», а вот так: «Ну, вы достали, конечно. Ну уже ладно, отдам вам деньги». То есть, без радости. Поэтому

Кармический путь

1. Основа (объект)

2. Связанное с этим думание

3. Совершение поступка

думание влияет и у нас хорошо, если у нас классное думанье вовлеченное. Вообще в классическом примере какие у тебя мысли, какие у тебя, например, в случае плохого поступка, какие ментальные омрачения – злость, гнев, что? Зависть? Мы на хорошем примере, на примере щедрости разбираемся. Хорошая мотивация, например, как говорили ребята продвинутые: «Пусть у всех будут деньги, у всех живых существ». Хорошая мотивация, когда мы желаем людям много денег. Плохая мотивация, ну, не то, что плохая, мотивация, которая повлияет на то, что вам вернется. Ну, конечно, это похоже на то, что он меня вынуждает эти деньги заплатить, мой товарищ, у меня нет выхода, я их должен заплатить, нехотя, без радости. И четвертый, это завершение, это вот этот Тартук, кофе-медитация, которая называется. То есть кофе-медитация, она произошла из этого четвертого шага, завершения поступка. То есть, ты как бы хотел, ты все сделал, ты подготовил, ввел номер карты, готов был сделать донейшн, но списание не произошло, ошибка какая-то техническая. Ты мог хотеть, но не совершить поступок, или вот ты его совершил.

Кармический путь

1. Основа (объект)

2. Связанное с этим думание

- 2.1 Правильная идентификация
- 2.2 Ментальное омрачение
- 2.3 Мотивация

3. Совершение поступка

4. Завершение поступка

Кармический путь

1. Основа (объект)

2. Связанное с этим думание

- 2.1 Правильная идентификация
- 2.2 Ментальное омрачение
- 2.3 Мотивация

3. Совершение поступка

4. Завершение поступка

И четвертый, это завершение, это вот этот Тартук, кофе-медитация, которая называется. То есть кофе-медитация, она произошла из этого четвертого шага, завершения поступка. Ну, к примеру, Слава сделал донейшн на АСИ-5. Но он не видел, вообще прошел этот АСИ-5. Может Максим с Ирой взяли эти деньги на Мальдивы, уехали на них, не знает, не понятно, куда пошли твои деньги, ты не получил завершающую карму. Или Слава, например, приехал, проконтролировал, вот на его донейшн, реально люди провели АСИ курс, выложились, постарались, все домашние задания рассказали под диктовку. То есть видели ли вы, что ваш поступок, что вы получили завершающую карму. Или, может быть, вы сделали донейшн, какой-то проект, почитали потом отчет, на что они потратили деньги, или увидели результат. Или в правильных ответах вы увидите пример этих четырех шагов на примере убийства, который просто не такой веселый, как донейшны.

Ну, например, представьте ситуацию, кто-то едет ночью на машине, дождь. И он кого-то сбивает. Он сбивает, пугается, не смотрит назад, а едет дальше. То есть в этом смысле завершение поступка, завершающей кармы, он не получает полного, потому что он не знает, кого он сбил, кого-то сбил, но не знает, кого. И он также не знает, этот человек умер, это вообще был человек, не человек, он умер или нет. Я предполагаю, он всю жизнь потом будет об этом переживать, думать. Да, не уезжайте с места аварии, если что, я к этому не вел. Я вел к тому, что

когда вы сделали поступок, это влияет на то, какие семена вы посеяли и как быстро они взойдут, было у вас вот это завершение, завершение поступка, или не было?

Или знаете как меня в детстве мама просила: «Максим, можешь, поубирать, пожалуйста». Я говорю: «Я так понимаю, да». Да, и вот я беру пылесос, начинаю пылесосить первую комнату,

потом перехожу во вторую комнату, начинаю пылесосить, потом мне звонит друг, говорит: «Привет, как дела?» Я говорю: «Супер». Он говорит: «Че, поиграем немного в компьютерные игры?» Я говорю: «Только если очень коротко, мама мне сказала поубирать». Вот мы садимся с ним играть. Я не знаю, сколько проходит времени, и я слышу вот этот звук, который до сих пор меня пугает. Звук, как ключ входит в замочную скважину двери. Я не завершил это дело, я начал убирать, но не было завершения поступка, не закончил. Понятно про эти четыре?

Теперь, второе, связанное с вот этим думанием, у него есть еще подразделения, которые мы сейчас изучим. Мы изучали объект более подробно, какие мощные есть объекты на прошлых уроках. И когда вы будите выбирать себе кармического партнера, кому вы помогаете, это здорово выбирать сильные кармические объекты, более сильные семена вы посеете.

Теперь по поводу объекта, по поводу думанья, вовлеченного думанья. Есть тоже разделения на три части, на три вида. И первое называется «Душе» - правильная идентификация.

В зал: Что-то у меня не переключаются, Слав, можешь?

Зал. Ты можешь повторить еще раз тибетские названия?

Максим Джабали. Да. ШИ, САМПА, (можно повторять наудачу) ШИ, САМПА, ДЖЁРВА, ТХАР ТХУК. Связанное с этим думанием, оно разделяется еще на три части. Первое, это правильная идентификация. То есть правильная идентификация, если вы кому-то давали деньги, вы вообще поняли, кому вы дали деньги? Не знаю, в Макдональдсе есть классные вегетарианские бургеры, тут в Вене. Я люблю бургеры. И там каждый раз, когда ты что-то покупаешь, каждый раз тебя спрашивают донейшн. Можешь ли ты оставить, кажется, на программу детей. Я всегда стараюсь что-то оставлять. Десять даже евроцентов каких-то небольших. Но я давно перестал смотреть, на что конкретно там идут деньги. Я просто на автомате нажимаю, да, хорошо, давайте добавлю этот донейшн себе в чек. То есть в этом случае, у меня не будет таких сильных семян, потому что я не идентифицировал даже, куда толком я отправляю этот донейшн. Поэтому если мы хотим максимальный результат от своих семян, здорово изучить, кому мы делаем донейшн. Хороший ли это объект? Чтобы у нас это было в мышлении, когда мы отправляем кому-то деньги.

Это у нас? Тестовая тревога. Саша, все в порядке. О, и на телефоне тоже, это у всех на телефоне?

Переводчик: У всех? Ого.

Максим Джабали. Да, можно выключить на телефоне. У меня отключается.

Переводчик: А как ее выключить?

Максим Джабали. Звук можно снизить.

Переводчик: Да, все, само уже прошло.

Максим Джабали. Видимо, то, что я сейчас хотел рассказать, это очень важно. Хотите одну секретную вещь по поводу идентификации от Геше Майкла? Это реально супер секрет. Как может быть посеять самые сильные семена по этому пункту? Хотите, или дальше пойдем?

Зал. Да, да, конечно

Максим Джабали. Геше Майкл это называет радостная паранойя. Ну, например. Я сделал подарок (сегодня для рождения моего друга), и я ему купил подарок. И вот что я думаю. В целом, это достаточно подозрительный персонаж в моей жизни. Он ведет себя так, как будто он обычный парень. Но я подозреваю, что может быть он ангел. Не знаю, просто подозреваю. Мы называем таких ангел под прикрытием, то есть которые шифруются, скрываются. Может быть, то, что я ему помогаю, это не то, что ему нужна помощь, а он притворяется специально для меня, чтобы я смог посеять семена с его помощью. Это не то, что ему нужен мой подарок, он просто притворяется обычным парнем, чтобы я мог посеять семена. И вот это, вот такое подозрение, радостная паранойя. Может это особый человек, может это ангел? Она сеет очень мощные семена.



Кармический путь

1. Основа (объект)

2. Связанное с этим думание

- 2.1 Правильная идентификация
- 2.2 Ментальное омрачение
- 2.3 Мотивация

3. Совершение поступка

4. Завершение поступка

Максим Джабали. Второе, ментальное омрачение или вообще какая у нас эмоция? Омрачение в смысле какая-то негативная эмоция. Или в хорошем примере хорошая эмоция может быть. Или в хорошем смысле это может быть какая-то эмоция.

Какая хорошая эмоция может вам помочь, например, более сильные семена посеять? Радость, определенно. Что еще может быть? Сострадание. Любовь, сострадание считается сильными эмоциями, которые усиливают ваши семена.

Максим Джабали. И третье, это мотивация или намерение наше. Ну, к примеру, я отправляю 600 евро, которые я пригласил своих друзей с не очень такой мотивацией, что просто я верну, не знаю, мы договорились с другом угостить друзей. Вот я это сделаю, как я обещал, но без

радости. Слишком много, жалко мне денег. Или я отправляю эти деньги и думаю. Что бы вы мне порекомендовали, чтобы я мог думать в тот момент? Что-то снова очень важно.

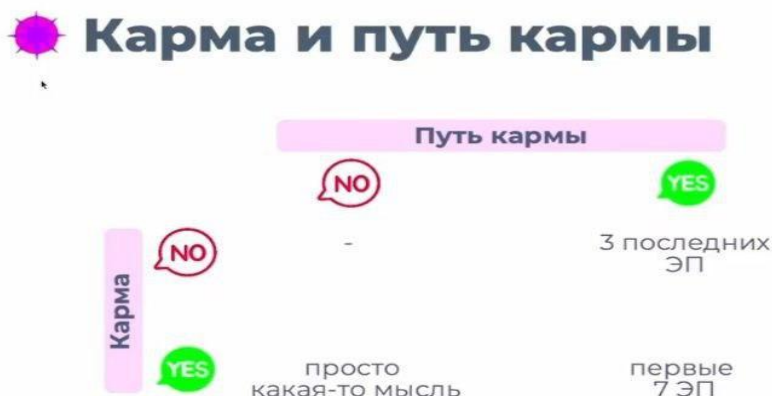
Зал. Чтобы у всех живых существ всегда будет еда.

Максим Джабали. Супер, пусть у всех живых существ всегда будет еда. Пусть это поможет каким-то образом им стать ангелами. Пусть я сам благодаря этому накоплю достаточно хороших семян, чтобы увидеть пустоту напрямую в этой жизни и помочь всем живым существам. Как мы это называем одним словом? Посвящение. Еще есть на санскрите термин, вы его знаете. Когда у нас вот это есть желание. Пусть я достигну просветления для блага всех живых существ. Как мы это называем?

Переводчик. Бодхи... Нет, не оно? Бодхисаттва, нет?

Максим Джабали. Бодхичитта, спасибо. Хорошо, я деньги не предложил. Поэтому вот эти три, это подразделения, связанные с этим думанием. Добро? Это то, как вы можете усилить эти четыре шага. Последний вопрос домашнего задания на сегодня, короткий. А нет, предпоследний, четвертый. Предположим, кто-то вовлечен в поддержку войны, которую ведет его страна. Он не солдат, но солдаты из его страны убивают некоторых врагов. Накапливает ли он сам кармоубийство или нет?

Непроплаченный вопрос. Был в АСИ-5 2500 лет уже. Это непростой вопрос. Я вам скажу, что написано в писаниях. А вы об этом подумайте, обсудите в группах. Вот что написано у нас в Абхидхармакоше? Написано, что тот человек, который активно поддерживает военные усилия, накапливает точно такую же карму убийства, как и солдаты на передовой. Одинаковую. Потому что у них одна общая цель. И они вовлечены в реализацию этой общей цели. Если вы активно не вовлечены в поддержку военных действий, или вы активно против, то есть разные могут быть вариации. У вас будут разные семена, которые вы накапливаете. Но если вы активно не вовлечены именно в поддержку, то у вас не будет накопления вот таких сильных семян. Теперь пятый вопрос, последний. Можно следующие слайды, пожалуйста.



Карма и путь кармы, и карма. И что-то, что путь кармы, но не карма В общем, то, что является кармой, но не путь кармы, это простое движение ума, простая мысль. Т.е. там нет вот этих четырех этапов всех, просто о чем-то подумали, не знаю, какая сегодня погода, это карма, но не путь кармы. И карма, и путь кармы. Можно следующий слайд? Просто какая-то мысль, следующее.



И карма, и путь кармы, это первые семь этических принципов. Т.е. это то, что касается тела и речи. Ну, потому что мне, чтобы сделать какой-то донейшн, все равно у меня должна быть какая-то мотивация, очень быстро даже она должна произойти. Теперь то, что является путем кармы, но не кармой, это последние три этических принципа. Потому что они мотивируют движение ума, и чтобы у тебя ум передвинулся к этому объекту. О чем ты думаешь, например, ты кому-то завидуешь? Но это не карма, потому что не было решения, что я, например, кому-то позавидую, это мгновенно происходит, ты не можешь это даже контролировать особо. Но этот поступок заверченный, я кому-то позавидовал. Т.е., вот эти три, они не являются кармой, не являются обычным движением ума. Но они являются путем кармы, т.е. всем путем сразу. Можно это будет обсудить на группах, чтобы в этом получше разобраться. Итак, давайте подведем итог, о чем мы сегодня поговорили. Что Ира вам рассказывала вначале?

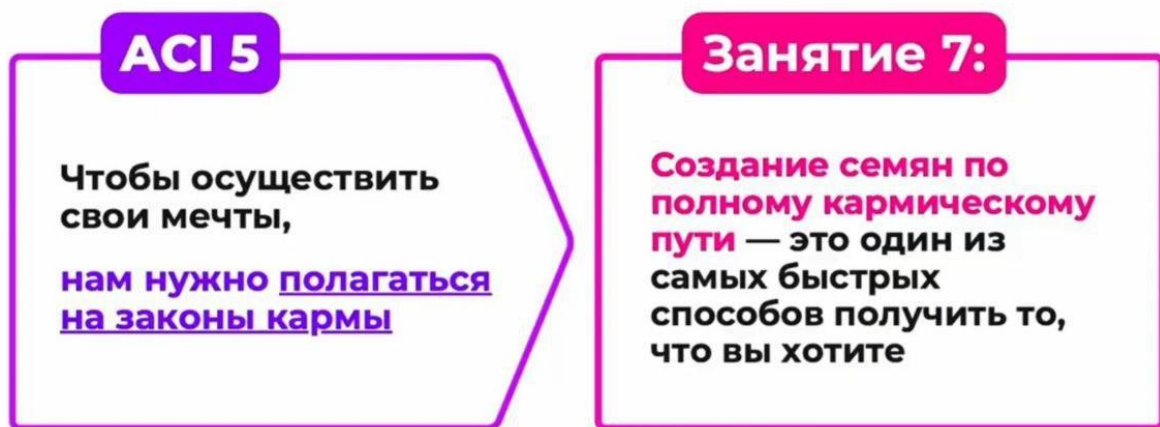
Зал. Черная, белая и черно-белая карма.

Максим Джабали. Что еще?

Итого, что прошли

- ☒ Черная и белая карма
- ☒ Полный кармический путь
- ☒ Карма и кармический путь

Смешанная, черно-белая, незапятнанная в том числе карма. Супер, и дальше, что еще было? Полный кармический путь, как создавать мощные самые семена. Потом мы поговорили о том, что должно произойти, чтобы ты накапливал такую же карму, как и проект, который ты поддерживаешь, например, или не поддерживаешь. И в конце поговорили про карму, кармический путь. Наша главная идея курса? Помогите мне с ней. Чтобы получить то, о чем мы мечтаем, нам нужно полагаться на законы кармы.



Сегодня мы говорили о том, что создание семян по полному кармическому пути, это один из самых быстрых способов получить то, что мы хотим. Теперь, не знаю, конец занятия, представьте, что если у вас получится создать в жизни то, что вы хотите. Используя этот полный кармический путь. Станете богатыми. Классные у вас отношения будут, если вы хотите. Хорошее здоровье. Спокойный счастливый ум. Работа, которая действительно значима для этого мира и которая вам нравится. Что тогда? К вам придут люди, спросят, как ты это сделал. А вы достанете вот эту вещь (показывает ручку), скажете, вот в чем мой секрет, что это такое? И тогда вы станете вот этим живым примером и сможете помочь другим использовать принципы кармы, вообще принцип: «Что посеешь, то и пожнешь» для того, чтобы их жизнь изменить. И тогда представьте, как будет выглядеть мир тогда, если все будут жить по принципу «Что посеешь, то и пожнешь».

Спасибо, ребята.

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

Курс V

Основные виды кармы

Стенограмма к занятию 8. Отсечение корней добродетели; проецирующая карма.

Преподаватели: Максим и Ирина Джабали

(Максим и Ирина Джабали выражают благодарность за подготовку этой стенограммы Бойко Елене, Зубчик Лине и др.)

Ирина Джабали. Поприветствуйте нашу новую переводчицу Натали Вунш. Я хочу сегодняшнее занятие начать с торжественного момента. У меня есть такой конверт, и в этом конверте у меня кое-что есть интересное. Ваша задача, те, кто хотят сдать курс, искренне радоваться сейчас, потому что это сертификат о пройденном курсе. Я бы хотела на эту сцену пригласить Ольгу Фильянову. Радует, радуется активно. *Зал аплодирует.* Оленька, мы хотим тебя торжественно поздравить с завершением четвертого курса. Для меня это особенный момент, потому что мы очень-очень давно хотели вручать сертификаты, и так случилось, что мы это делаем впервые, и так случилось, что я вручаю этот сертификат тебе. Я поздравляю тебя!

Ведущая Ольга Фильянова. Спасибо. У меня это тоже впервые, получен вживую сертификат, большое спасибо за эту возможность. Продолжайте обучать. Пожалуйста, продолжайте.

Ирина Джабали. Куда же мы денемся. Также я знаю, что вскоре у меня будет возможность передать несколько сертификатов тем, кто онлайн. Особенно тем, кто активно помогает в реализации этого курса и наших прошлых курсов, активные волонтеры. Поэтому сертификат о прохождении курса №4 мы передадим Константину Попову через Прагу. Вместе также с сертификатами за третий курс, второй курс и первый курс. И также еще два сертификата за прохождение первого и второго курсов мы передадим Олене Бойко. Поздравляем! *Зал аплодирует.* Сертификаты с подписью Геше Майкла Роуча, директора Института Азиатской Классики, и с подписью Элизабет Вандерпасс, это президент АСИ.

Если вдруг вы знаете, что вы с нами скоро встретитесь, или, быть может, вы знаете, что вы сдали какой-то курс, и вы хотели бы получить сертификат, и вы знаете, как мы можем вам его из Вены передать, может быть, через кого-то переслать, сообщите нам в течение недели после этого занятия, мы тоже передадим. И те, кто сдадут АСИ-5, или, может быть, догонят АСИ-4, на АСИ-6 мы снова сделаем торжественную выдачу сертификата.

Хорошо. Что помните из прошлого занятия? Что запомнилось, может быть, что-то интересненькое было? Или так себе всё было, «ну, такое»? *(смеется).* *Зал делает предположения.* Класс. Была раньше песня Басты, а теперь, оказывается, ещё и АСИ. Точно так же с группой Нирвана, в принципе. Ладушки, всё, больше ничего не запомнили? Ну, хоть расскажите, группа мудрости вам понравилась? Хорошо. Добро пожаловать на занятие №8.

Мне вообще немного грустно, потому что ощущается, что мы сейчас опять всё закончим, разойдёмся и всё, встретимся аж в следующем году. Но расстраиваться раньше времени не будем, пока мы всё ещё на уроке 8.

И сегодня на занятии основная его тема звучит так: нам следует беречь нашу основную добродетель, чтобы не мешать себе в осуществлении жизненных целей. Собственно, хорошо бы

АСИ 5

Чтобы осуществить
свои мечты,

нам нужно полагаться
на законы кармы

Занятие 8:

Нам следует беречь
нашу основную
добродетель, чтобы не
мешать себе в
осуществлении
жизненных целей

разобраться, что это за такая основная добродетель. Поэтому да, мы поговорим, что это такое, мы поговорим, можно ли её потерять, как её потерять. Опять «рубрика вредных советов». Кто её может потерять? Может, я её не могу потерять, мне не надо переживать?

Если вдруг потерял, можно ли как-то вернуть? Если да, то как? И в конце занятия Максим расскажет про карму, которая определяет, где мы родимся и какова будет наша жизнь в деталях. Ну вот, вообще-то, последнюю фразу я хотела бы немного перефразировать, потому что, вообще-то, мы тут собрались с вами больше не перерождаться ни в кого. Но в целом, хорошо знать о карме, которая определяет, где можно родиться, и о карме, которая описывает детали таких рождений.

Итак, если мы говорим о нашей основной добродетели, которую нам надо беречь, хорошо бы разобраться, что это такое. Быть может, у вас есть какие-то идеи, что это может такое быть, что за такая основная добродетель, коренная добродетель, это синонимы. Предположения? *Зал делает предположения.* Быть добрым и терпеливым, то есть это основная добродетель, да, думаете? Ещё какие-то версии?

Зал. Мне кажется, это какое-то чистейшее внутреннее намерение, как у ребёнка, ну вот ребёнок рождается с этим чувством любви. Как будто бы со временем люди часто его в течение жизни как будто бы теряют.

Ирина Джабали. Так, есть версия, чистейшее намерение, как у ребёнка, есть ответ из публики. Вячеслав руку тянул. Все деньги, которые инвестировал Вячеслав, хорошие дела, да (*смеется*)? Вячеслав хочет сказать что-то. Добродетель, хорошие слова, мысли и поступки, которые совершал в прошлом. Так, все версии озвучены, правильно? Все версии озвучены?

Зал. Это, вероятно, осознание того, что всё происходит из меня.

Ирина Джабали. Понимание, что все из меня, есть версия. Видите, как здорово, что мы

изучаем здесь так много времени всякие термины, понятия. Мне кажется, пока не дать чему-то определение, вот так вот можно гадать, может быть это, а может быть и это, и посмотрите, насколько разные немножко у каждого версии. Одна из них была верной, какая – скоро узнаете. А скажите, помните ли вы, в какие категории мы можем

В этом занятии

- ☒ Коренная добродетель
- ☒ Как ее потерять и кто может ее потерять
- ☒ Как ее восстановить
- ☒ Карма, которая определяет, где мы родимся и какова будет наша жизнь в деталях

АСИ 1.10

LP
2.2.3

6 Совершенств

1. Совершенство **Даяния**
2. Совершенство **Нравственности** Этический образ жизни
3. Совершенство **Терпения** Не злиться, когда пришло время злиться
4. Совершенство **Радостного Усердия** Радоваться, делая хорошие вещи
5. Совершенство **Концентрации**
6. Совершенство **Мудрости**

уложить, в какие шесть категорий, я сразу подсказку дам, можно уложить наши хорошие поступки? Лена, на тебя только надежда, но может еще на Вячеслава чуть-чуть. *Зал делает предположения.* Не, не то. Шесть совершенств, помните? Наверное, онлайнеры больше помнят, мы это проходили на АСИ-1. Это слайд из АСИ-1, последний урок. И условно все хорошие наши поступки можно разделить по этим категориям: даяние, нравственность (этический образ жизни), терпение (это не злиться, когда пришло время злиться), радостное усердие (это радость при совершении хороших дел), концентрация (или медитация) и шестое – это мудрость. Мы тут с вами сейчас сидим, пропитываемся мудростью.

И возвращаясь к коренной добродетели, определение такое, что это – весь запас хорошей кармы, который у нас есть. Поэтому мне так нравится версия Вячеслава про «мысли, слова и действия, которые мы делали в прошлом», мне кажется, ты говорил еще что хорошие, да? Но тут тоже не все так просто, потому что это определение коренной добродетели в целом, но когда мы говорим о возможности потери коренной добродетели, мы имеем в виду кое-что более конкретное. Вячеслав, ну я только на тебя могу **направить**, чтобы оно переключилось, спасибо. Поэтому мы пришли к вот этим совершенствам, к шести типам хороших поступков. И первые четыре, они создают накопление заслуг. По-тибетски это: Сунам ки цок. Цок – это «собрание». Вы в будущем вы будете часто слышать это слово, например, собрание частей, еще какое-то, в общем, цок – «собрание». Да, тут это как собрание заслуг, накопление заслуг, коллекция заслуг, еще так говорят. Есть такая шутка, открыл словарь синонимов и покатила, погнала, поехала, или как-то так (*смеется*). Не знаю, мне, когда я изучала АСИ, мне было немножко сложно с терминами, потому что мне казалось, что... Я не понимала, это об одном и том же говорится, или это о разных вещах говорится, когда немножко чуть-чуть другие термины использовались. Поэтому, когда я вот сейчас стараюсь, когда мы преподаем, я стараюсь сразу все синонимы, которые я знаю, перечислить: накопление заслуг, коллекция заслуг и собрание заслуг, – всё одно и то же. Вообще я не знаю, может быть, в немецком терминология устоявшаяся, может быть, это одним как-то словом названо, но когда мы изучали, всегда это по-разному называлось.

✿ Коренная добродетель

– Это весь запас хорошей кармы, которым мы обладаем

а в данном случае:

«Накопление заслуг», что создает два физических тела Будды
(Самбхогакая и Нирманакая)



Итак, эти четыре первых – это накопление чего? Заслуг. Лена, а знаешь, что такое второе? Накопление чего?

Участница Лена. Мудрости.

Ирина Джабали. Мудрости. Еша ти цок. А вы, наверное, на память тоже скажите. «Цок» – собрание, это вы уже знаете. «Еша» – вы тоже будете часто встречать. «Еша» – это мудрость. Часто в именах, имя какого-то ламы будет «еша», такое, часто встречаемое слово. Теперь еще один флешбэк в АСИ-1, урок 2. Я сейчас покажу слайд с четырьмя частями Будды, те, кто увидит его в первый раз, не пугайтесь. Можете, если хотите, сфоткать, или потом в презе посмотрите, это просто отсылка для тех, кто был на том курсе. И вот здесь я хотела вам напомнить, что у Будды есть ментальное тело и физическое тело. Точнее, мы даже стараемся говорить части, так понятнее. И физическое делится на две части: райское тело и тело эманации. То есть вот это

нижнее, это тело формы, сверху это ментальное тело. Так вот... Вячеслав, туда назад. Нет, обратно, в другую сторону (*говорит про слайды презентации*). Первое, второе, третье и часть четвертого – относятся к тому, что... Ну как бы, говорится, что дела по этим категориям, таким образом, мы сами создаем свою карму, создаем свое будущее физическое тело Будды. А пятое и шестое кусочек четвертого – создают ментальное тело Будды. Другими словами, накопление заслуг. Вот оно внизу (*указывает на слайд презентации*), создает два физических тела Будды. А накопление мудрости создает наше будущее ментальное... Наверное, правильнее даже сказать – ум Будды.

ACI 1.2



Тела (части) Будды



Возвращаемся к коренной добродетели. Собственно, чего я вас этим всем грузу сейчас. В контексте потери коренной добродетели, когда мы говорим, что мы можем потерять свою добродетель, мы имеем ввиду как раз потерю вот этого накопления заслуг, которые по факту в будущем призваны создать наши две части физических Будды. То есть мы можем что-то делать, классные дела... Очевидно, мы до этого сделали уже много классных дел, раз мы тут все собрались. Я не знаю, вы вообще когда-то думали о том, не знаю, сколько классных дел вы сделали раньше? Не, ну, не удивительно ли вообще это? Все вроде бы красивые, по моим семенам. Прекрасно, чудесно улыбаются, выглядят вроде бы как люди, которые сегодня что-то кушали. У нас есть красивая одежда, в принципе, есть что носить, у нас есть полноценное тело, оно может двигаться, полный комплект. У нас... Мы вообще-то находимся в неплохом месте относительно тех, в которых мы могли бы находиться. Мне кажется, у нас ничего так карма! И это все, вообще-то, наши прошлые старания, похоже, в прошлом мы сделали нехило так хороших дел, чтобы сейчас быть человеком, быть красивым человеком, сообразительным человеком. Быть, в целом, в неплохом окружении людей, мне, вообще-то, мое окружение нравится. Не кажется ли вам это удивительным? И это все происходит из наших чудесных семян, наших прошлых хороших действий.

И вот теперь представьте, что вообще-то это можно потерять, и это занятие о том, что мы можем это потерять. Реально можно все свои прошлые старания, даже не просто сегодняшние усилия, например, быть здесь, доехать сюда, – вообще-то и все вчерашние усилия, за прошлый месяц, за год, за вообще-то всю жизнь, за прошлые жизни, которые, вообще-то, тянутся очень далеко, – это можно потерять. Вот такое депрессивное у нас занятие, с хэппи-эндом в конце (*смеется*). Кто может... А, так вот же, давайте не умножать это на ноль, эти все старания. К чему это я вела, вот эти все длинные старания? Давайте не будем умножать их на ноль.

Первое, кто может потерять это, эту добродетель. Кем надо быть? Вы сразу сравниваете пункты с собой, подпадаете вы под этот список критериев или нет, добро? Первое: как думаете, мужчиной или женщиной надо быть, чтобы потерять? *Зал делает предположения.* Человеком, но мужчиной или женщиной? Уже ответы из зала на немецком (*смеется*). Сказано так: надо быть мужчиной или женщиной. В целом, вот это байде, оба, это может отличаться от того, быть мужчиной или женщиной.



Кто может потерять КД?



М или Ж



достаточный интеллект



устойчивые и сильные ошибочные взгляды



Теперь еще один пункт. Есть, знаете, люди такие, может быть, вы знаете таких, которых привлекают какие-то чувственные вещи, а есть другой тип людей, они такие, больше интеллектуалы. У меня плохая новость для вас. То, что вы на этом занятии находитесь, я могу предположить, что вы относитесь скорее ко второй категории, то есть у вас есть определенный уровень интеллекта. И тут опасность есть, потому что эти два пункта, быть мужчиной или женщиной и иметь достаточный интеллект, – это первые два пункта того, кто может потерять добродетель, основную коренную добродетель.

Например, кошки или собаки, у них недостаточно такого интеллекта. Они в домике, не могут эту добродетель потерять, потому что они не могут в целом размышлять, например, о пустоте, о карме. Они не могут подумать: «хм, так откуда же все-таки происходит мир?». Он происходит из миски корма (*смеется*). Если они об этом не могут подумать, соответственно, они не могут вынести отсюда какие-то ошибочные осуждения. А мы с вами можем, так что аларм-аларм. И третий пункт – это иметь устойчивые и сильные ошибочные взгляды. Что за ошибочные взгляды, вы можете меня спросить. И, собственно, таким образом мы плавно переходим к теме вредных советов, как эту добродетель потерять.

Пункт №1, это, кстати, вопрос домашнего задания №3, – это развитие ошибочных взглядов. Что за ошибочные взгляды? Ну, например, вы потратили много времени на изучение кармы, пустоты, может быть, года жизни, перебрали всё по косточкам, рассмотрели всё в микроскопе и, как это, выдвигаете ваш вердикт: например, кармы не существует. Это один из примеров таких ошибочных суждений. И я бы хотела тут ещё пояснить дополнительно, что в данном случае речь не идёт о моментах, когда мы сомневаемся в чём-то. Более того, мы хотим, чтобы вы сомневались, у нас нет задачи вам сказать: «Ребята, вот только так правильно, больше никак, вы обязаны нам поверить, всё, заучите, зазубрите это на память, и всё». Нет, мы хотим сказать: «Да, мы цитируем какие-то фрагменты из писаний, но, пожалуйста, поразмышляйте об этом, посмотрите, как это в вашей жизни, проверьте это, обсудите в группах мудрости, подебатируйте, помедитируйте». Здорово, когда вы обо всех этих вещах размышляете, поэтому никогда на слово нам не верьте, проверяйте. Сомневаться – это окей. Иногда темы бывают тяжелыми, их правда надо там, на полочку положить, побыть с этим, пожевать,

Когда вы сомневаетесь, вы коренной добродетели не теряете. Но если вы, как та девушка, все под микроскопом тщательно рассмотрели и даете ложные утверждения, тогда это проблема (*указывает на девушку на слайде презентации*). Если это такое, знаете, взвешенное решение. И второй момент, второй совет, как потерять коренную добродетель, – это когда мы такие: «А поору-ка я на него хорошенько, пусть знает!». И начинаем кричать на мужа, на ребенка, на кого

Как потерять КД?

1) развитие ошибочных взглядов

ложные утверждения после длительных размышлений



2) сильный гнев на бодхисаттву

или другие очень интенсивные недобродетельные поступки



бы там ни было. В писании говорится, что это сильный гнев на бодхисаттву или другие очень такие, интенсивные недобродетельные поступки.

И в чем тут ловушка? В том, что мы на самом деле никогда не знаем, кто перед нами. Сколько бы мы ни обдумывали логически, ни дебатировали, или там, не знаю, что, я не могу доказать никому и себе, что это передо мной не бодхисаттва, не могу, невозможно! Поэтому лучше ни на кого не гневаться.

А то так на бодхисаттву погневаемся, и все, и что? Капут. И тут не только о крике, как уровне децибелов, тут даже дело в гневе, в эмоциях, которые мы испытываем, интенсивные эмоции. В целом, хорошая идея научиться не злиться ни на кого. Кто хочет научиться не злиться никогда (*поднимает руку*)? Я не знала, что вы такие, думала, вы все не злитесь (*смеется*). Как научиться не злиться, знаете (*поднимает ручку и показывает ее*)? Зал делает предположения. Цепочки. А самое простое? Не ручкой по лбу, а просто вспоминать о пустоте. Да, чем больше... ну по крайней мере, я могу сказать на своем опыте, чем лучше я понимаю пустоту, чем дальше я это изучаю, вот эти вот моменты того, что я начинаю злиться на кого-то или сердиться, они у меня все реже и реже происходят. Раньше я была довольно таким, воинственным человеком. Ну в общем, боялись меня другие люди (*разъясняет переводчице*).

Переводчица Натали. Эмоциональной? Агрессивной?

Ирина Джабали. Да, агрессивной – хорошее слово. Вы, наверное, такое представить не можете, а было. Не горжусь. Хотите знать, как разрушается это хорошее семя? Вы такие уже приплывшие после обеда. Оксана, что ты сделала с нашей аудиторией? Веки тяжелые, тяжелые, веки закрываются... Так, не спать, не спать, не спать (*смеется*)! Так уже кто-то начинает чуть-чуть голову опускать, надо придумать, Максим, какую-то танцы или йогу посреди занятий после обеда, чтобы вечериночка (*пританцовывает*). Вообще-то это ваш был вопрос, что там с семенами происходит от гнева, они полностью разрушаются или не полностью, кто спрашивал? Ответ из АСИ-5, урока 8. Цитата Гешева. Согласно Абидхарме... школа номер сколько? Один, правильно. Когда вы обрубаеете корень добродетели, ваши добродетели стираются и исчезают, всё. Согласно «Мадхьямика-прасангика»... школа номер сколько? 4,2. В результате, ну когда мы обрубаем корень добродетели, наши благие семена повреждаются так сильно, что потом не созревают и совершенно не приносят плодов. Конечно, интеллектуалы тут собрались, другие люди на улице таким не интересуются, ну не вырастут они и не вырастут, какая разница? (*смеется*). А мы же такие, «Не, ну согласно Абидхарме, значит, совсем исчезнут, а согласно Мадхьямике, останутся, но не вырастут».

И вот это очищение семян, четыре силы, они тоже так работают. Хорошо, последний вопрос до перерыва. Вселю в вас немножко надежды. Вопрос №4. Назовите два метода, согласно Абидхарме, как восстановить коренную добродетельность? Первое, эта девушка хорошо подумала и такая: «Нет, ну может быть, все-таки карма существует, может быть, что-то я погорячилась с такими окончательными вердиктами». То есть, когда у нас появляются сомнения относительно наших прошлых ошибочных взглядов, таким образом мы восстанавливаем нашу коренную добродетель. Это первый пункт. И второй вариант – это



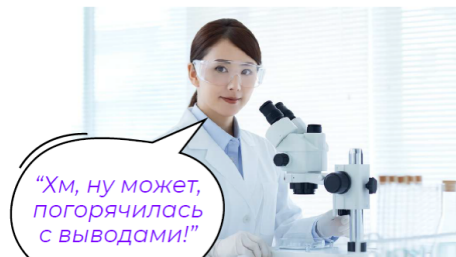
Как восстановить КД?

восстановить правильное воззрение, то есть обрести снова правильное понимание, что причинно-следственные связи, например, работают. И мы все это изучаем с вами, чтобы понять, что нам следует беречь нашу коренную добродетель, чтобы не мешать себе в осуществлении наших жизненных целей. Перерыв!

После перерыва.

1) иметь сомнения в своих ошибочных взглядах

2) восстановить правильное воззрение



“О, это карма!”

Максим Джабали. Так, ребята, вы себя хорошо вели, поэтому у нас остался один маленький вопрос домашнего задания. Потом у нас будет чуть-чуть времени на вопросы, если они есть, а потом разойдемся по домам. Итак, последний вопрос. Но сначала скажите, какая у нас главная идея курса?

Зал делает предположения. Чтобы осуществить свои мечты, надо опираться на законы кармы.

Максим Джабали. Чтобы осуществить свои мечты, надо опираться на законы кармы. Значит, у нас последний вопрос: карма, которая определяет, где мы родимся и какова будет наша жизнь в деталях. Например, какое количество волос у нас будет? У нас, кстати, тут три представителя: я, Владимир и Слава, у нас у всех чуть-чуть разная карма (*смеется*). Итак, в общем, мы с вами разбираем проецирующую карму и завершающую карму.

В общем, проецирующая карма – это такая карма, которая определяет общие детали нашего рождения. А конкретно: мы будем, например, человеком или чихуахуа, мы родимся в эпоху летающих автомобилей или будем ездить на квадратном колесе, – то есть это такие грубые детали нашего рождения. Но проецирующая карма на самом деле это не только про то,

кем мы родимся, она в каждой сфере жизни может определять что-то. Ну, к примеру, в отношениях... Сказать пример проецирующей кармы в отношениях? Их наличие или отсутствие – это проецирующая карма, то есть это очень широкими мазками, можно сказать. А завершающая карма, это уже будут качества нашего партнера, например, он будет щедрый или скупой, симпатичный будет или нет, высокий или низкий, – это



Проецирующая карма

забрасывает нас в следующее перерождение

Завершающая карма

определяет подробности следующей жизни

всё будет завершающая карма.

Соответственно, точно так же в работе. Проецирующая карма будет что? Есть у нас вообще работа или нет, да. Я не знаю, возможно, в какой сфере будет работа, можно отнести тоже к проецирующей карме. А завершающая – это все вот эти детали, нам платят в год миллион долларов бонус или вообще не платят. У меня, кстати, есть знакомый, у которого бонус на работе миллион долларов был. Это ваш третий цветочек, я с вами поделился, чтобы знали, что так бывает. Натали, ты знаешь того, у кого бонус от работы миллион долларов в год?

Переводчица Натали. Чуть меньше.

Максим Джабали. Знает все равно! Хорошо, теперь вопрос домашки звучит следующим образом. Приведите примеры, как может эта проецирующая, завершающая карма комбинироваться, например, хорошая проецирующая, плохая завершающая, в типе рождения, который мы принимаем. Я недавно смотрел интервью, там мужчина рассказывает, что у него была жена, семья, дочка, всё хорошо было, но когда они с женой поругались и начали разводиться в США... И когда они начали разводиться, жена подговорила маленькую дочку, ей 7 лет было или около того, чтобы она сказала адвокатам и потом судье, что папа к ней приставал. Что на суде оказалось неправдой, и вероятно, скорее всего, было неправдой, но вот она так сделала, потому что хотела испортить человеку жизнь. То есть проецирующая карма была вроде хорошая, это хорошо иметь жену, наверное, они любили друг друга, но в итоге завершающая карма стала ужасная просто.

И мы с вами об этом говорим, потому что мы хотим хорошую – и проецирующую, и завершающую, мы хотим знать, что есть разница и хотим научиться ее создавать хорошие семена по каждой жизни. И вот эта проецирующая карма с точки зрения рождения, она нас забрасывает в следующее рождение, она наиболее вот, мощная, говорит Геше Майкл, сильная карма в течение этой жизни. А вот эта завершающая, она определяет подробности, какая у нас будет жизнь, будет у нас миллион долларов в год бонус, или будем бомжами, например, какие отношения будут и так далее.

Итак, теперь мы с вами разберем четыре комбинации: хороший проецирующий - хорошая завершающая, хороший проецирующая - плохой завершающая, вот такие четыре комбинации. Ну какая у нас может быть добродетельная, хорошая проецирующая карма? То есть, какое рождение будет считаться хорошим? *Зал делает предположения.* Человеческое рождение считается очень хорошим. Может существо удовольствия – это тоже результат хорошей кармы. То есть надо сесть в хорошие семена, чтобы родиться существом удовольствия.

А плохая завершающая карма, в случае человека будет что? *Зал делает предположения.* Когда, например, бедная страна, коррупция в стране. Да, может быть инвалидность, например. Да, или вообще тяжелые заболевания, знаете, как у людей бывает, просто всю жизнь человек болеет чем-то. Да, или, например, у него родители какие-то, плохо очень к нему относятся, или нету вообще родителей. То есть, да, плохая завершающая, но хорошая проецирующая.

Теперь, плохая проецирующая и плохая завершающая, да, что это может быть? *Зал делает предположения.* Животное, может быть, да. Животное вообще считается не самой плохой проецирующей кармой, потому что это из всех рождений нижних, которых три у нас считаются, — это верхняя. Еще какие варианты? Да, может ады или жаждущий дух, да, может такое быть. Да, и плохая завершающая, например, в случае адов, — это будет самый нижний ад. Мы будем на восьмом курсе проходить, не самый радостный урок: как вообще устроены эти ады, описание каждого ада, мы будем восемь горячих адов проходить. На восьмом курсе, на курсе АСИ-8 будем проходить один урок, у нас будет не самая радостная тема, как вообще устроены ады, а конкретно восемь горячих адов, описание каждого (*разъясняет переводчице*). И там тоже есть самый легкий ад и самый тяжелый. Вот, например, плохая завершающая карма будет – это рождение в самом тяжелом, в самом нижнем аду.

Теперь, плохая проецирующая, но хорошая завершающая. Есть идеи, что может быть? *Зал делает предположения.* Ну, например, да, родиться в аду, но в самом этом легком аду. Тут приводится пример в правильных ответах, что это владыка смерти в аду.

В общем, знаете, мы сейчас были в Дубае, две с половиной недели, там меня все называют «босс». Все таксисты, все люди, которые в сервисе работают, они все к иностранцам обращаются «босс», и ко мне, в частности. Заходишь в магазин, тебе говорят: «Привет, босс!», в аэропорту: «Спасибо, босс». Поэтому мы теперь с другом, который тоже в Дубае компанию открыл, мы друг друга называем «босс»: «Привет, босс, как дела, босс». Так вот, это такой босс в аду, он все еще находится в аду, ему очень плохо, но он там босс. Может, я не знаю, самый главный или нет, один из боссов. Или тут еще приводится пример Царь нагов. Наги – это такие существа, очень хорошо у Ламы Питера описаны в книжке «Сила страха», рекомендую вам почитать. Да, классная книга, реально рекомендую, «Сила страха» Питер Мёртл. Люда ее в медитации показывала.

И последнее – добродетельное проецирующее и добродетельное завершающее. Тут приводится пример: «Владыка существ удовольствия, именуемый разрушитель тысяч». В общем, босс, но не в аду уже, а в сфере вот этой удовольствия. Это хорошее-хорошее. Форменный. Я думал, почему здесь такой пример, потому что для меня, например, проецирующая хорошая завершающая карма была бы вот что: человек, который родился... вообще существо, которое родилось человеком, встретило дхарму, систему семян, закончил человек 36 курсов, увидел пустоту напрямую, красавчик, босс. Вот это босс для меня! Сколько, кстати, обычно жизней нужно, чтобы достичь просветления после того, как ты увидел пустоту напрямую? Семь. Да, в каждой жизни. После того, как ты увидел пустоту напрямую, в классических писаниях говорится, что в течение семи жизней ты сто процентов достигаешь просветления, становишься Буддой. Сто процентов.

Но кто знает, как ускорить? Есть идеи у кого-то, как ускорить, чтобы не надо было семь жизней еще? Ты в сансаре находишься, но это хорошая уже сансара у тебя будет. *Зал делает предположения.* Ну, наверное, да, четыре шага. Но это не тот ответ. Так, за подарок, как сократить эти семь жизней и ускорить просветление после того, как ты увидел пустоту напрямую? Владимир задумался крепко, думает, мне кажется, я слышал, но что это было, я не помню. Так, ну ладно, а что у нас? Пало-санто, благовония, опять моя любимая фирма, это Накчампа. Давай оставим, чего мы все раздаем? Ну что, есть у кого-то идеи? Хотя бы идеи. Вообще, я об этом говорил уже неоднократно. Я не хочу их отдавать, если никто не отвечает, даже не пытается, то что? Ну давайте, подсказка, одна подсказка. Это часть, говорят, обучения АСИ курсов. Какая часть? Три, два... Секретные учения. 18 секретных курсов. Пожалуйста (*передает подарок*). Эти заключенные курсы или Ваджраяна, как их называют, их плановый результат, практика, которую вы там изучаете, – достичь просветления в этой самой жизни. Не 7 жизней, эта жизнь, одна, до того, как сыграешь в ящик, до того, как умрешь. Да, ты видишь пустоту напрямую и после этого достигаешь просветления в этой жизни.

Я вам также скажу, чтобы вас замотивировать сдавать 18 курсов, вот этих открытых, я не встречал в этих 18 курсах подробную инструкцию, как технически вот, о чем медитировать, какую вообще медитацию делать для того, чтобы увидеть пустоту напрямую, как это делать? То есть общие инструкции есть, это правда. Например, просто медитировать один час в день, йогой заниматься или другими упражнениями, помогать другим людям... Но вот такой прям супер подробной, детальной инструкции я не встречал. Но говорят, что вот в тех 18 секретных курсах эта инструкция есть. И уровень подробности у нее, как приблизительно собрать этот стол из Икеи. То есть инструкция, может, и большая, но если ты всё по ней делаешь, по инструкции, то достигаешь просветления в этой жизни. Сколько стоят курсы секретные? 18 сертификатов открытых курсов. Подожди, для того, чтобы туда попасть, тебе не обязательно делать ретриты, только 18 сертификатов.

● Итого, что прошли

- ☒ Коренная добродетель
- ☒ Как ее потерять и кто может ее потерять
- ☒ Как ее восстановить
- ☒ Карма, которая определяет, где мы родимся и какова будет наша жизнь в деталях

В общем, вас в домашке спросят, какие есть комбинации проецирующие и завершающие, надеюсь, вы запомнили. Итак, мы сегодня поговорили: про коренную добродетель; вредные советы, как ее потерять, от Иры; потом немного Ира вас успокоила, сказала, что это все-таки не так просто, надо быть человеком особенных талантов, чтобы так накосячить; как ее восстановить; и сейчас мы разобрали проецирующую и завершающую карму.

Для меня одно из практических применений проецирующей и завершающей кармы – это то, что, если вы что-то создаете, например, я создавал отношения, я ходил в дом престарелых 3,5 года. Так вот, в доме престарелых создать семена, эти семена приведут к какой карме, она как бы взойдет как проецирующая или завершающая? Проецирующая. То есть у меня будет партнер, но будет говорить, что АСИ-курсы – это все секта, вредная будет, противная, каждое утро будит меня и начинает скандал какой-нибудь, потом подает на меня в суд и еще страшные вещи какие-нибудь про меня рассказывает. Поэтому, когда вы создаете что-то важное в своей жизни, работу или отношения, – хорошая идея параллельно работать и над проецирующей и над завершающей кармой.

Как работать над завершающей кармой, к примеру отношений? Кто-то слышал об этом, есть идеи?

Участница Лена из зала. Я пишу списочек, чего я ожидаю, и каждый день встаю и думаю, что вот я работаю над этим.

Максим Джабали. Отлично! Супер! Лена написала список, например. Большой, наверное, сколько пунктов?

Участница Лена из зала. Даже не помню.

Максим Джабали. Даже не помнит, четырехзначные цифры уже нелегко запоминать. Там есть что? Щедрый, йогу делает, АСИ ему не секта. Каждое из этих качеств нужно отдельно создавать, отдельно сеть. Как понять, с какими качествами... с каких тебе начинать? Как вы думаете? Ну которых нету, да, которых в окружении мало, например. Или у вашего бывшего было вообще плохо всё с этим. То есть, к примеру, ваш бывший партнер весил 130 килограммов, йога ему не йога, пиво ему пиво. Тогда, вероятно, вам нужно в первую очередь сосредоточиться на качестве: здоровый образ жизни он ведет, йогой интересуется. Это ваше, ну... Это приоритетный должно быть качества, потому что у вас с ними проблемы, мало у вас семян на них. Да, поэтому я с Ирой точно так же сеял, то есть у меня были качества, которые я часто вижу в других людях, например, что человек, не знаю, симпатичный, красивый. На этот счет я не сильно переживал. Но я волновался насчет того, чтобы вместе изучать один духовный путь, это я понимал, что редкие очень семена, я над ними особенно работал.

Кстати, хорошая новость. А если уже есть партнер? Можно ли в нем изменить какие-то качества или все? Можно. Вы знаете все эти методы: шантаж, угрозы, да, говори, что «мы спим с тобой на разных кроватях в ближайший месяц», манипуляция. Все тут профессионалы собрались, я думаю. *Зал подсказывает варианты.* Лесть, запугивание, да (*смеется*). Вы можете создавать точно так же семена на каждое качество, которое вам важно в вашем партнере. Это тоже вы будете работать таким образом над завершающей кармой. Когда у нас будет в

следующий раз группа мудрости, в частности, в Карма-точке, это здорово обсудить, задать вопросы, подумать. Есть классная очень книга «Карма любви» у Геше Майкла. И в этой книге он описывает 100 вопросов о любви, то есть 100 качеств, которые можно засеять в партнере, это реально руководство, очень вам рекомендую.

Даже если у вас есть партнер, но у него нет тех качеств, которые вы хотите, вы можете их отдельно создать. И я могу сказать, что Ира для меня как жена, она становится лучше и лучше с каждым годом. И это не лесть манипуляция, честно (*смеется*). У меня с Ирой никаких разговоров не планируется, если я что-то попросить сегодня планирую. Просто честно, она для меня так выглядит. Да, Слав. *Участник Слава из зала задает вопрос.* Слава спрашивает, правильно ли я понимаю, что, когда ты с партнером уже живешь, ты постоянно пересоздаешь качества в этом партнере, каждый день, неделю, месяц и так далее. Совершенно верно, Слав. Слав, это и хорошие новости тоже, потому что партнер может и будет становиться лучше и лучше с каждым годом, если ты всё правильно делаешь. Спасибо.

Зал. Если у нас завершающая карма, и вот мы в следующую жизнь ее переносим, допустим, нет партнера, да, но с другой стороны мы говорим, что мы можем в этой жизни создать партнера, это уже другая история? То есть мы перешли в жизнь без партнера, но в этой жизни мы можем создать его? Или это еще та карма поздно как-то раскрылась, как вот это?

Максим Джабали. Лена спрашивает, можно ли изменить завершающую карму, если мы родились, и у нас она не очень. Можно, Лена, поэтому мы здесь и обучаемся. Мы пришли, у нас тут гнилой апельсин, мы берем разрезаем его, достаем оттуда семечки, садим в землю, поливаем, у нас вырастает новое красивое апельсиновое дерево. Мы в этой жизни можем всё изменить, даже достичь просветления, не только партнера своего изменить. Хорошо. Чуть-чуть времени у нас осталось, что, вопросы или по домам? Лена за вопросы голосует. Хорошо. Можно Иру тогда позвать? Вопросы не будем переводить. Спасибо большое нашей чудесной переводчице Натали, с дебютом.

Переводчица Натали. Благодарю вас за возможность служения.

Максим Джабали. С дебютом в Вене на нашем АСИ-цикле. Спасибо большое. Спасибо, Лен.

Зал. Я тоже, как ты, в Макдональдсе по 20 центов оставляю, но что там потом происходит, я не знаю. И как вот ты сказал, озвучил, и в других вещах я тоже понимаю, что я деньги перечисляю, а что делать? Как решать вопрос?

Ирина Джабали. Ну, я за собой тоже такое замечаю, особенно в случаях, когда, например, есть стабильный доход, я постоянно проявляю щедрость, она в какой-то момент у меня стала такой: «Так, ну, хорошо, отправить на монобанку кому-то». А так вспоминаю, не знаю... Курсы АСИ мне помогают вспоминать.

Максим Джабали. Вопрос не про вспоминание, вопрос, как узнать, что с деньгами произошло.

Ирина Джабали. А, как узнать, что с деньгами.

Зал. Как исцелить то, что я раньше не проверяла, вот, что делать? Как все-таки завершить эту карму?

Максим Джабали. Отправила деньги и не знает, что с ними стало.

Ирина Джабали. Об этом я не думала еще, у меня как-то не было такого вопроса.

Максим Джабали. Ну, это не то, что мы их не... Это не то, что, если мы не видим результат или завершающую карму своих семян, это не значит, что мы их не посеяли. Просто они будут слабее, то есть, если... Я сегодня был в Макдоналдсе, мы с Ирой выпили там по напитку чудесному, в моем было приблизительно одна сахарница, чай-латте, больше такого не буду заказывать. Но я отправил там этот донейшн. Я ленюсь просто заняться тем, чтобы узнать, на что они вообще тратят деньги, ленивый благотворитель. И карма тогда у меня тоже будет ленивого благотворителя. Она медленная, я не порадовался, как бы я ее не смог полить, и она, может, даже не взойдет в этой жизни. Поэтому было бы разумно на моем месте посмотреть, куда я отправил деньги и что на них сделали и культивировать вот это чувство ответственности. Это разумно так. С другой стороны, это как бы не то, что «но» или еще что-то, просто есть другой нюанс. Если я... Почему я вообще отправляю деньги туда? Потому что у меня есть принцип, над которым я работаю, поведение. Если я вижу, что кто-то собирает деньги, и выглядит это адекватно, я знаю, что это не на что-то плохое деньги, а на что-то хорошее, то сколько-нибудь, хоть полдоллара, один цент, одну гривну, я не знаю, я все равно отправляю, потому что я стараюсь, чтобы все... Это же не случайно, я вижу, что люди какие-то собирают деньги на что-то хорошее, поэтому, когда я вижу эти сборы, я стараюсь отправить. И это было бы тяжело мне, на моем месте, вот везде, где я отправляю деньги, смотреть, что с ними получается.

Ну, а с более крупными пожертвованиями... Ну, к примеру, у нас есть одна подруга, у нее есть ребенок, и мы этому ребенку уже больше года оплачиваем футбол. Она живет не в Украине, она переехала, ну и, в общем, это не дешевое удовольствие постоянно отправлять ребенка на футбол. И мы оплачиваем ему футбол, и я ее прошу, поскольку это как бы сумма, она и в месяц, ну, не один доллар, а в год, тем более там не один доллар. Я прошу ее, отправляет она фотографии нам, видео, как этот мальчик играет, мы с Ирой радуемся, то есть для более серьезных донейшенов, где суммы больше, я стараюсь всегда более ответственно подходить, потому что, ну, это в моих интересах. Если я эти семена возвращу, они у меня откроются и в нашей с Ирой жизни, в окружении они у меня откроются, они везде у меня откроются, эти семена. Я весь мир увижу более финансово свободным. Вот поэтому тут тоже нужен баланс.

Зал. Могу ли я просто фантазировать, куда они эти деньги тратят?

Максим Джабали. Можешь фантазировать, но и проверить тоже здорово. Для более серьезных пожертвований я рекомендую проверять. То есть мы, например, в АКМ, мы публикуем, сколько мы денег собрали, на что они пошли, я на всех этих живых мероприятиях стараюсь финотчеты показывать. Может они многим людям и неинтересны, но вот Слава их смотрит, например. А самое главное, что люди так получают эту завершающую карму, они видят: «Вот что стало с этими деньгами, которые мы давали на организацию мероприятий». Спасибо. Есть еще вопросы у кого-то? У Натали есть.

Зал. Да, у меня есть даже два вопроса. Первый вопрос: как понять, что добродетель потеряна? Как это проявляется?

Максим Джабали. Коренная?

Зал. Угу. Мы привыкли иметь черные и белые полосы, вот сейчас черная полоса, будет белая полоса.

Максим Джабали. Мы прошли про коренную добродетель, чтобы ее потерять, надо приложить очень серьезные усилия, я не думаю, что здесь кто-то, кто потерял коренную добродетель.

Зал. А если такое случится, вот как это проявляется? Можно какой-то пример приблизительно привести? Потому что, я к чему веду, мы рождаемся уже с идеей, вернее, с неправильным восприятием мира, да, что страдание – это нормально, мы страдаем. И поэтому потерять добродетель, иметь проблемы, заболеть, не знаю, кто-то умирает в семье, это может восприниматься абсолютно нормальным явлением. И вот у меня вопрос возник просто, это вот сейчас что-то случилось такое, что я вдруг потеряла добродетель и всё-всё-всё? Или это просто черная полоса, она завтра закончится, и всё будет опять хорошо? Вот как это проявляется?

Максим Джабали. Спасибо.

Ирина Джабали. Я могу сказать свои догадки. Я думаю, когда существо теряет свою добродетель коренную, я думаю, что это уже... Это существо, которое постоянно, тотально находится в страдании, и ничего хорошего, то есть я предполагаю, что это уже не человеческое рождение, это уже какое-то гораздо ниже рождение в этой пищевой цепочке. Вот мои размышления, мои догадки такие. Я не думаю, что так легко взять и, будучи человеком, резко потерять добродетель и сомневаться, потерял я добродетель или нет. Я думаю, что, если существо потеряет добродетель, оно будет как-то очень очевидно. Но это не из писания, это чисто мои размышления.

Максим Джабали. Ну, как минимум, надо всем критериям соответствовать для того, чтобы потерять корень добродетели. Черная полоса в жизни – это просто сансара, она у нас такая, черная, белая, за всем плохим происходит хорошая, за хорошим – снова плохое. Это нормально, это так у всех. Нормально в том смысле, что так у всех, и поэтому нам надо отсюда выбраться.

Зад. Вот у меня по поводу, кстати, сансары тоже вопрос. Я буквально недавно услышала тибетского монаха тоже после многих-многих вопросов такую, можно сказать, успокаивающую речь. Он сказал: «но нирвана, но сансара, но сансара, но нирвана». И нирвана – это по определению освобождение от ментальных омрачений. Получается, как только мы освобождаемся от ментальных омрачений, мы покидаем сансару, но в то же время, получается, мы не можем освободиться? То есть, «но нирвана, но сансара»? То есть это всё равно круг? Я вот не могу понять, то есть это жизнь? Освещением нам не грозит? *(не разборчиво)*

Максим Джабали. Спасибо за вопрос. Вообще есть цитата Арии Нагарджуны, один из авторов, которого мы тоже регулярно касаемся на этих курсах АСИ, где он говорит, что сансара и нирвана – это вообще одно и то же. И суть здесь в том, во всех таких выражениях, от которых волосы становятся дыбом и которые противоречат всему, что ты учил до этого, это всегда означает, что там есть что-то связанное с пустотой и самосуществованием. То есть нирвана и сансара одинаковые в том смысле, что они происходят из нас. Они одинаковые в том смысле, что они не существуют со своей собственной стороны. Поэтому я думаю, если бы мне кто-то сказал что-то подобное, что речь шла бы об этом. Но это моя интерпретация. На АСИ-15, это последний курс... Вы же знаете, что 18 курсов, они не все 18 оригинальных, 15 оригинальных и 3 в конце обзорных.

Вот эти 3, это 16 курс – это обзор 1-го, 5-го; 17-й – это обзор 11-го, 6-го, 10-го и 18-й – это 11-й и 15-й курс обзор. Так вот, 15-й – это последний курс всего оригинального цикла, и мы там будем изучать, как вообще интерпретировать слова учителей, в частности Будды, учителей нашей линии передачи, вообще любых учителей и любых людей, которые вас чему-то учат, как их интерпретировать. Есть целые правила интерпретации, что мне очень нравится, в отличие от уроков зарубежной литературы, которые я проходил в школе, что хотел сказать автор, по какому принципу они определяют, что хотел сказать автор, я не знаю. Но у нас мы будем проходить

критерии очень понятные и очень логичные, как вообще определять, что имел в виду наш учитель. И для меня такая была бы интерпретация, но вы подумайте над своей. Но, спойлер, нет, сансара и нирвана не одинаковая вещь, может быть или то, или другое, не может быть и того, и другого. Нирвана – это прекращение сансары, полное прекращение ментальных омрачений благодаря видению пустоты напрямую. Оно не сразу происходит после видения пустоты напрямую, а спустя время, то есть видишь пустоту напрямую, достигаешь нирваны и просветления. Или, в некоторых писаниях говорят, что нирваны и просветления можно одновременно достигнуть. Но пустоту напрямую все еще надо перед этим увидеть. Спасибо за вопрос. Слава, это личный вопрос или онлайн? Спасибо.

Зал. Онлайн. Вопрос касается гнева.

Максим Джабали. Оттуда, из онлайн?

Зал. Нет, это мой. Мой вопрос касается гнева. Так или иначе, если можно остановить гнев на уровне разговора или эмоций, внутри что делать, когда на уровне мысли гнев продолжает приходить? И вот да, я могу остановить свой крик, либо какие-то действия, какие-то такие тяжелые движения на уровне физики и речи, но в мыслях это продолжается. И тогда вопрос, если мы знаем, что мысль – это действие, тогда получается, думая гнев, я продолжаю убивать свою добродетель. И тогда вопрос в связи с этим, как же это все остановить, потому что так же не останется добрых семян, и я как бы одной рукой даю деньги, радуюсь, правильную мотивацию, правильному, мощному кармическому объекту, а другой рукой тут же забираю у себя и сжигаю. Как этот цикл вообще остановить? Страшно становится.

Ирина Джабали. Страшно – это хорошо.

Максим Джабали. Спасибо, Слав. Есть вопросы, которые, когда задает человек, я знаю, что он учится, продолжает учебу, продолжает практику, это один из таких вопросов. Спасибо. Так и должно быть, Слава. Должно быть страшно, что я на кого-то рассержусь, потеряю, одной рукой я даю, другой рукой я сам у себя забираю, из-за этого гнева сжигаю кучу хороших семян. Это очень хорошее рассуждение, и они тебя должны привести к хорошему будущему. Как сделать так, чтобы это будущее наступило быстрее?

Первое: изучать глубже АСИ-курсы, сдавать их, получать по ним сертификаты. Чем глубже ты изучаешь пустоту, карму, тем меньше твоя природа меняется, твое поведение, характер. Я очень вспыльчивый человек, очень гневливый по своей природе, был всегда. И я считаю, что за последние 10 лет, пока я изучаю эти знания, ну, я стал другим человеком, скажем. Особенно те, кто меня знают давно, это точно подмечают. Я имею в виду друзей, маму. Я не повышал тон ни на кого очень много лет, до этого я даже на маму кричал. И это связано с изучением пустоты чем больше и больше ты изучаешь пустоту, тем больше ты просто понимаешь, это не в один день происходит, что вещи происходят вот так (*показывает жестом движение от себя*). Нету смысла никакого на них злиться, потому что, ну это ты дурак. Кто дурак? Ты дурак. Не ты конкретно, имею в виду. Если я вижу что-то, что мне не нравится, это глупо мне на это сердиться, потому что это же я посеял. И это просто становится более и более понятно и очевидно со временем изучения этих курсов. Это первое.

Второе: гнев – это плохая привычка, и с ней надо справляться, как и с другими плохими привычками. Ты, я не знаю, проходил когда-нибудь курс, есть целый курс DCI «Как избавиться от плохих привычек». Я вам скажу две основные техники, как работать над привычками. Все еще надо изучать пустоту, но самое главное в плохих привычках это две вещи. Первое – это понять, что конкретно ты получаешь в результате действий по плохой привычке. Это может

быть алкоголь, это может быть курение, любая другая привычка. Гнев, переработки, трудоголизм – тоже считаются плохими привычками. Человек, когда у него есть плохая привычка, а плохая привычка определяется как что-то, что вредит и тебе, и окружающим. А всё, что вредит тебе, вредит в конечном итоге окружающим. Всё, что вредит окружающим и тебе тоже вредит. И то, что ты не можешь контролировать. Так вот, когда мы понимаем, что мы получаем благодаря тому, что у нас есть эта плохая привычка, то есть, что конкретно мы получаем, выпивая алкоголь, бокал, или выкуривая сигареты, или проработав 12 часов вот что конкретно? И у каждого это что-то свое. Или, когда мы гневаемся, это может быть чувство удовлетворения, или в случае с гневом, это может быть чувство удовлетворения того, что я прав все-таки, вот внутри себя, я понимаю, что я прав. И тебе надо прям, возьми блокнотик, я вот так со своими привычками работаю, прям пишу, что конкретно я от этого получаю. И после того, как ты это понимаешь, что я получаю благодаря этой плохой привычке, здорово подумать, каждый раз ли ты это получаешь. Потому что не бывает таких привычек плохих, которые ведут к тому, что мы каждый раз получаем то, что мы ожидаем. Если бы каждый раз бокал вина приносил бы расслабление, тогда каждый раз, когда ты его выпиваешь, ты бы расслаблялся. Но так не бывает у людей, может голова заболеть, может плохо стать, может на следующее утро вообще очень плохо стать, по-разному бывает. И поэтому это просто иллюзия, что мы каждый раз получаем то, что мы ожидаем, на самом деле, если реально разобраться, я прям пишу в блокнотике, в ретритах я люблю этим заниматься, что конкретно я получаю, правда ли я это получаю? Нет, не правда. Я думаю, может, что я получаю что-то регулярно благодаря этой плохой привычке, но это не так, иногда получаю, иногда нет. И вот с гневом точно так же я бы работал, как с другими плохими привычками. Это первое.

И второе. Это здорово, Геше Майкл рекомендует хотя бы на мгновение... Я тебе рекомендую, кстати, подписаться на YouTube-канал АКМ, там регулярно, и Метод Алмазного Огранщика, мы регулярно публикуем короткие ролики с Геше Майклом. И я много раз уже слышал, Геше Майкл говорит, что самое главное – это начать откладывать на какие-то мгновения. Ты чувствуешь, что ты вот сейчас разозлишься, чуть-чуть отложи на секунду, на долю секунды, вот чуть-чуть попозже. И это сеет семена для того, чтобы этот промежуток растягивался, растягивался, растягивался, и в конечном итоге просто никогда ты не разозлишься. И последнее – это АСИ-11 про гнев, как его победить навсегда. Вот тебе три ответа, Слав.

Ирина Джабали. Пара вопросов онлайн. Вопрос от Оксаны.

Максим Джабали. Онлайн! Сколько у нас времени осталось? Чуть-чуть.

Ирина Джабали. Мой вопрос (*читает вопрос от участника онлайн*): иногда вижу сны, ну очень явные по ощущениям, могут ли это быть фрагменты прошлых жизней? Был ли у вас такой опыт?».

Максим Джабали. Да, могут быть. Ну, если говорят, что как-то Далай-Ламу... А, не, Кен Ринпоче как-то спросили про сны, что вот я во сне что-то плохое сделал, мне очень жаль. И он сказал: «Просто не обращай внимания, это очень-очень слабые семена, ты во сне ничего не контролируешь, там всё происходит автоматически, не переживайте об этом». А если что-то хорошее, можно порадоваться. Поэтому все еще со снами можно работать с осознанными сновидениями. Во второй половине обучения, конкретно с 19 курса по 36, поговорим об этом подробнее.

Ирина Джабали. Вопрос от Олеси. Когда рассказывали про видение пустоты, что на форму и цвет накладывается картинка, возник вопрос, откуда берутся форма и цвет?

Максим Джабали. Спасибо, Олесь, видел ваш вопрос вчера. Всё также форма и цвет берутся из наших семян (*показывает жестом движение от себя*). В этом смысле интересно, что школа «Мадхьямика-Сватантрика», Школа независимых, они утверждают, что вот эти части, они существуют сами по себе. Самые маленькие эти части, они существуют сами по себе. Прасангика говорит: «Не существуют они сами по себе, они существуют из наших семян». То есть сначала появляется форма и цвет из моих семян, а потом форма и цвет из моих семян, на них уже накладывается образ кастрюли, в случае того, о чем мы вчера говорили, и это становится кастрюлей. Но вот эти сырые данные, их называют сырые данные, форма и цвет – это не что-то, что само по себе существует, всё еще из наших семян.

Ирина Джабали. Последний вопрос от Дарьи: «Если я хочу увидеть пустоту напрямую в этой жизни», - мне нравится, в этой жизни, - «то как я могу помочь другому человеку с такой же целью медитировать, изучать АСИ-курсы вместе, или что это может быть? Благодарю».

Максим Джабали. Да. Медитировать, изучать курсы, да. Это здорово иметь кармического партнера, который тоже хочет увидеть пустоту напрямую, и здорово ему помогать. Это может быть кто-то, с кем вы проходите АСИ курсы или ваш КП по медитации, кого-то здорово себе по такой большой цели найти. У меня есть, и вам тоже рекомендую.

Ирина Джабали. И это был последний вопрос.

Максим Джабали. Оффлайн? Да.

Зал. Мы говорим очень много, что карма, она как бы зависит от меня, от моих мыслей, поступков и действий. А я хотела спросить, а вот, например, если думать о моих родителях, допустим, я знаю, что мой отец очень много в жизни делал таких поступков, что мы все удивлялись и не понимали, зачем, но это были хорошие поступки. Можно ли считать, что его карма по факту повлияла на мою жизнь, допустим? Потому что я, например, задавалась некоторыми вопросами, и в том возрасте, в котором я была, я не могла ещё совершать какую-то добродетель, но я достаточно, допустим, по жизни встречала очень хороших людей везде, за границей, в разных странах. Это может быть вот кармой моего папы? Или это всё равно не касается меня?

Максим Джабали. Спасибо. Галия как раз вчера подобные вопросы задавала, про карму рода вообще, про родителей... Смотрите, карма – это индивидуальная штука, то есть она не может... У меня моя карма, у моей мамы её карма, у всех остальных живых существ их собственная карма, они не пересекаются, не сливаются ни в какой котёл, друг на друга не влияют. Так как вся карма, которую сеяли мои дедушки, бабушки и так далее, она мне никаким образом не передаётся. И есть причины, почему я вижу своих родителей такими, как я их вижу. Вы видите своего папу, человеком, который много очень хороших дел делал, и это вы посеяли семена в прошлом для того, чтобы видеть в своём окружении, мы говорим, это третий цветок, наше окружение, и родители – это наше самое близкое окружение, особенно в юношестве, в детстве, вы посеяли семена, какие-то очень хорошие, чтобы видеть, что ваш папа делает хорошие вещи. И, может быть, он какой-то особый человек, может быть, он вам что-то хочет таким образом сказать, чему-то научить, к чему-то подвести, сделать так, чтобы вы к этим АСИ-курсам пришли, к этой мудрости, но это не происходит вот так (*показывает жестом движение к себе*). Это всё ещё ваши семена, которые это создают (*показывает жестом движение от себя*). И поэтому одна из вещей, о чём Геше Майкл как раз в этом занятии говорил, которое у нас сегодня было, что это здорово, когда мы кого-то благодарим, например, родителей определённо стоит благодарить, и мы их благодарим в том числе за то, что они позволяют нам

им помогать, вообще с ними взаимодействовать, что они нас чему-то учат, мы им благодарны за это, и мы понимаем, что это мы это создали в прошлом, в этом нету противоречия.

Хотя звучит наворочено, я понимаю. Но это из ваших семян, в общем, карма не передаётся от человека к человеку.

Ирина Джабали. То есть половым путём не передаётся (*смеется*).

Максим Джабали. К счастью или к сожалению, для кого как. Всё? Спасибо, ребята. Увидимся с вами завтра.

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

Курс V Как работает карма

Стенограмма к занятию 9. Пять ужасных поступков.

Преподаватели: Валентина Агишева

(Максим и Ирина Джабали выражают благодарность за подготовку этой стенограммы Бойко Елене, Зубчик Лине, Саттиевой Зарине и др.)

Ведущая Ольга Фильянова. Сейчас мы с вами приступим к девятому уроку, который проведёт для нас Валентина Агишева. Приглашаю Валентину (*аплодисменты*). Она начала изучать систему семян с 2017 года и закончила 12 курсов АСІ. Ещё также она завершила 4 тренинга для преподавателей АСІ. И она тренер в Киеве, она проводит АСІ в Киеве также. И также она волонтер, переводчик в различных Дхарма-проектах.

Давайте познакомимся!

Валентина Агишева

- С 2017 начала изучать систему семян
- Закончила 12 курсов АСІ
- Завершила 4 тренинга для преподавателей АСІ. Тренер АСІ в Киеве
- Волонтер-переводчик в дхарма-проектах



А переводить на немецкий сегодня будет для нас Натали Вунш. Приветствую, передаю вам слово.

Валентина Агишева. Благодарю за представление Ольгу. Вот, большое ей спасибо. Расскажу несколько слов о себе и, наверное, о том, хотела бы рассказать, как пришла к этим учениям, к этим знаниям.

Еще в Киеве у меня был приятель, который был одним из первых, который начал изучать курсы классической азиатской мудрости. Но он ничего не рассказывал, пока я не начала спрашивать его об этом. Начала спрашивать я, потому что он всегда давал, если ты о чём-то с ним хотел посоветоваться, то он давал невероятно глубокие мудрые советы. И я у него спросила, откуда ты всё это знаешь, почему ты даёшь такие чудесные советы. Он сказал, что изучает, проходит курсы классической азиатской мудрости, и что в Киеве есть группа людей, которые изучают, и мы собираемся на группы мудрости каждую неделю. Начала ходить на эти группы, было очень интересно. Интересно, полезно, это просто невероятно, какой-то другой мир для меня начал открываться. И как-то пришёл момент, когда все стали говорить о том, что скоро приедет Геше Майкл Роуч с очередным курсом DCI, и что все хотят обязательно пойти на этот курс. Я тоже пошла на этот курс DCI, и там впервые увидела Майкла Роуча.

Как всегда во время курсов проводятся, как известно сами, группы мудрости. Я попала в группу к Игорю Суржику. Не зря называю его имя, это человек, который привёз Майкла Роуча в Украину, в Киев, то есть он начал все это. Вот в конце одной группы мудрости Игорь говорит: “Для тех, кому интересно, можно изучать глубже” (*смеется*). И вот это был тот звонок, который, когда прозвенел, я все, поняла, что я должна узнать об этом больше. Подошла к Игорю, и он рассказал, что такое онлайн-курсы, и как их можно проходить. И речь о восемнадцати открытых курсах, которые доступны онлайн, которые мы с вами сейчас проходим и на пятом курсе сейчас находимся. И тогда мы начали их изучать, и интересно то, что подошли

к Игорю вместе с Леной Шаповаловой, тоже, кто знает, может быть, слышали, она была причастна к организации DCI в Киеве, и мы дружим с ней до сих пор.

С того момента, ну, и еще раньше, с тех групп мудрости я старалась как можно больше быть причастной ко всем проектам, быть в них волонтером, потому что это давало вообще невероятный, особый какой-то смысл всей моей жизни, и я понимала, насколько это важно и нужно. Почему я это рассказываю? Потому что только оглядываясь назад, ты понимаешь, насколько каждое событие, которые происходят в жизни каждого из нас, в моей жизни, оно не случайно. И как и вы здесь оказались не случайно. Какая-то цепочка событий вас сюда привела.

И говоря о результатах, мне кажется, что я склонна недооценивать все, когда меня о них спрашивают. Думая о своей жизни с момента начала изучения системы семян, я подумала, почему бы не считать результатом такие вещи как: что мне интересны эти знания, и я понимаю их ценность. То, что мне интересна йога, и я ее очень люблю. До этого я не занималась йогой. То, что предложили стать тренером, то, что я начала проходить курсы тренеров и получила возможность невероятную преподавать. Почему это я не рассматриваю обычно как результат тоже? Почему также не рассматриваю результатом, если брать более такие... Выздоровел отец, я делала определенную практику, и он выздоровел и избавился от определенных вещей в своей жизни. То, что я здесь нахожусь сейчас, почему это тоже я не рассматриваю обычно как результат (*смеется*). То есть не недооценивайте те вещи, которые происходят в вашей жизни и будут происходить, а смотрите на них и смотрите, какие результаты, какие вещи происходят с вами, и думайте о том, что, возможно, это результат системы семян, которую вы изучаете и применяете, надеюсь (*смеется*). И мы изучая все это с вами, мы подошли к самому главному, к важной вещи. Мы изучаем это с вами не только потому, что это интересно, полезно, увлекательно, но эти знания еще глубоко практичны. Мы изучаем и полагаемся на законы кармы для того, чтобы осуществить свои мечты – вещи, которых мы хотим достичь. Нам важно

знать, конечно же, что правильно и хорошо делать, чтобы достичь результатов, которых мы хотим, но также хорошо бы знать, каких вещей нужно избегать, чтобы не получить плохих результатов, верно? (*смеется*)

И вы уже видите на слайде основную идею этого

занятия, с которым посвящено занятие, это как избежать плохой кармы, и для этого нам следует воздерживаться от пяти мгновенных проступков. Итак, плохая карма. В данном случае речь идет о *действительно* плохой карме. Сейчас я расскажу об этом.

Плохая карма, которую мы можем получить в результате совершения этих проступков, – это рождение в самой низшей сфере, очень нехорошей. Можем кратко сказать, вспомнить, возможно, кто-то знает, шесть сфер существования, и сейчас вы поймете, что такое самая низшая сфера. Есть сфера форм, сфера без форм, сфера желаний, в которой есть человеческие существа, животные, жаждущие духи и ады. И речь идет о самой низшей сфере – сфере адов. (*далее повторяет это частями переводчику*) Понимая, что у каждого может быть свое представление о том, существует такая вещь, как ады или нет, мы говорим здесь... не пытаемся сейчас никого убедить, ни в коем случае, или поменять ваше воззрение... мы говорим о том, как

АСИ 5

Чтобы осуществить
свои мечты,

нам нужно полагаться
на законы кармы

Занятие 9:

Чтобы избежать самой
плохой кармы,

нам следует
**воздерживаться от 5
мгновенных проступков**

говорится в писаниях, то есть как это дошло до нас. Итак, существует пять проступков, результатом совершения которых, одного из них, любого из них, будет перерождение в самой нижней сфере. Мы их сами назовем, чтобы понимать, о чем идет речь, разберем, объясним, почему они называются мгновенными, то есть что это означает, и подробнее, буквально несколько слов, поговорим о каждом проступке, чтобы понимать, о чем идет речь, что подразумевается под каждым. *(просит переводчицу останавливать ее, смеются, повторяет)*

Итак, это пять мгновенных поступков, сейчас перед вами выйдет список, и это так называемый “обычный порядок”. В домашнем задании к этому курсу есть вопрос: “Назовите пять мгновенных поступков в их обычном порядке”.

И вот это то, что вы должны будете записать. То есть первое – убийство матери, убийство вашего отца, убийство архата, создание раскола в Сангхе – в данном случае в сообществе монахов. И нанесение вреда Будде со злым умыслом.

5 мгновенных проступков

- 1) Убийство вашей матери
- 2) Убийство вашего отца
- 3) Убийство архата
- 4) Создание раскола в Сангхе – сообществе монахов
- 5) Нанесение вреда Будде со злым умыслом

Записываете, да? Хорошо, дам еще буквально несколько секунд, чтобы вы записали.

И, прежде чем рассмотреть каждый детальнее, уточним технический момент: почему эти проступки называются “мгновенными”. Считается, что после той жизни, в которой человек совершил один из этих проступков, в следующей жизни, то есть сразу за этой жизнью, в следующей жизни он примет перерождение в самой низшей сфере. То есть не будет никакой жизни между

ними. За жизнью, в которой был совершен проступок, следующее перерождение последует в самой низшей сфере – в сфере адов. И вот мы уже с вами ответили и на второй вопрос домашнего задания. Смотрите, как все просто идет *(смеется)*.

То есть вопрос звучит: “Почему проступки называются мгновенными?” Что вы ответите? Что вы напишите? Кто-то может мне уже сказать? Кто-то может мне уже сказать?

Зал. Потому что после этой жизни – сразу в ад.

Валентина Агишева. Коротко и понятно *(смеется)*. Так, совершенно верно. В следующей жизни перерождение будет в низшей сфере – в сфере адов.

Вот еще раз вы видите это на слайде. То есть никакого другого в следующей жизни перерождения между ними не будет.

И тогда немного подробнее о каждом из этих проступков. Мы сказали: первые два – убийство отца и матери.

Казалось бы, все понятно, какие здесь могут возникнуть вопросы? Но следует уточнить: убийство какой матери, кого считать матерью для ребенка?

Почему мгновенные?

В результате их совершения придётся принять **«мгновенное» перерождение в адах,**

что означает, что ни один другой вид перерождения не происходит между.

Родители могут быть приемные, то есть может быть приемный ребенок в семье, может быть суррогатное материнство, то есть сейчас возможны разные варианты, разные вещи. То есть воспитать ребенка с самого рождения может не та женщина, которая его родила, и она будет считаться его матерью для общества. И в писаниях дается совершенно четкий ответ, говорится абсолютно четко, что речь идет о биологической матери, о той, которая родила, как и о биологическом отце. И суть здесь в том, что родители, ваши биологические родители, они дали вам бесценную жизнь, в результате которой в ходе одной жизни можно прийти к просветлению. Как бы ни сложились отношения, как бы вообще ни сложилась дальнейшая жизнь с вашими родителями, невероятная ценность их в том, что они дали вам это рождение.

Так, никто же родителей не убил своих, не собирается, все хорошо? *(смеется)* Супер! Сегодня на серьезные темы такие говорим, смотрю, что вы так напряглись *(смеется)*. И никто, конечно же, не собирается убивать своих родителей, но нам стоит поговорить о концентрических кругах. Помните о них? На занятиях по карма-точке много говорили об этом, да, на занятиях по этическим принципам. И если вы ведете ваш дневничок, ваш дневник шестиразовый, то вы как раз отслеживаете ваши действия по концентрическим кругам. Так вот, если в центре дать мишень, в центре круга будет убийство вашей матери. Что нам не стоит делать или наоборот что стоит делать для вашей мамы на удаление этого круга. Потому что даже приближаясь к такому поступку, да, приближаться – совершать что-то нехорошее – это уже будет очень плохая карма.

Как вы думаете? Давайте с вами вместе порассуждаем, что следует избегать, что нам не следует сделать. Чтобы даже не вступить на удаленный концентрический круг.

Зал. Не ругаться с родителями. Не ударить родителя.

Валентина Агишева. Да, не дай бог, не ударить родителя.

Зал. Не осуждать поступки, которые мы считаем неправильными.

Валентина Агишева. Не осуждать никакие поступки родителей. Не гневаться на них.

Зал. Помогать.

Валентина Агишева. Помогать в затруднениях. Если особенно по здоровью, если это касается здоровья, чем вы могли бы помогать вашим родителям оставаться здоровыми. Что могли бы делать? Или делаете, конечно же *(повторяет ответ из зала)*. Если необходимо, сводить к врачу *(реагирует на ответ из зала.)* О, супер! Заботиться о том, чтобы у родителей были полезные продукты питания. Спасибо большое. Что еще? Какие еще вещи? *(реагирует на ответ из зала)* На море свозить, это вообще прекрасно. Оздоровление.

Зал. Звонить. Просто звонить и спрашивать, как дела.

Валентина Агишева. Боже, спасибо большое. Это чудесно. Это же у мамы или отца сразу хорошее настроение, и они не беспокоятся о вас. Спасибо большое. Все чудесные. За ваши честные ответы, за ваши идеи. Спасибо.

Зал. Чаще говорить, наверное, “я тебя люблю”.

Валентина Агишева. О, Оля, спасибо. Чаще говорить родителям, маме, “я тебя люблю”. Папе тоже, да, папе тоже *(смеются)*. Да, спасибо. Да, папа тоже. Мы часто сейчас с папой созваниваемся вечером, потому что мама уже спит вечером. И вот, когда ты на расстоянии, то вот эти слова «люблю тебя», «целую тебя», они обретают особое значение, и я стараюсь всегда их говорить.

Следующее. Переходим к следующему, рассмотрим. Это убийство архата. И архата еще называют... кто такой архат, давайте подумаем? Такого человека называют еще разрушителем врагов. Смотрите, картинка такая: человек с мечом. Могли бы подумать: боже, неужели с кем-то нужно бороться, сражаться, брать в руки меч и выходить на поле битвы? Вы видите, не зря на картинке «Воин-1», и нет никакого поля битвы, то есть кто-то, что такое эти враги, мы сейчас поговорим.

3) Убийство архата



Враги, которых уничтожил архат, разрушил, – это ваши ментальные омрачения, негативные эмоции, ваши негативные эмоции. Негативные эмоции, такие как зависть, раздражение, недовольство, гнев, осуждение, – вот это все многообразие эмоций, которые мы можем испытывать. И к сожалению, вот все эти эмоции, если вы подумаете, они разрушают ваше счастье, ваше состояние счастья. Именно поэтому они ваши враги, и архат уничтожил этих врагов, уничтожил все ментальные омрачения и достиг нирваны. Нирвана – это состояние, когда вы не испытываете ни одной негативной эмоции, и испытываете только состояние счастья. Поэтому вот убийство такого человека – это очень негативный, плохой проступок.

А вот теперь интересное, по концентрическим кругам, чего бы вам стоило избегать, чтобы не приблизиться к этому проступку? Давайте вместе подумаем. Я смотрю, вы сильно озадачились (*смеется*). Никто что же, никого не собрался... извините (*смеется*). Так, чего бы вы старались избегать, как думаете? (*реагирует на ответ из зала*) Отлично, вы прям сорвали у меня с языка то, что я хотела сказать. Даже не думать нанести кому-то вред. Именно потому, что мы не знаем, кто перед нами. Я не знаю, кто вы на самом деле. Поэтому не иметь намерения даже нанести кому-то вред, причинить кому-то вред. И вот это уже будет то, что не даст вам вступить на концентрические круги и приближаться к центру. Здесь все понятно пока было? Супер. Идем дальше.

Следующий проступок – это создание раскола в Сангхе. И речь в данном случае идет о сообществе монахов. И в данном случае речь идет о сообществе монахов. Скажите, пожалуйста, что мы вообще называем “Сангхой”, если кто знает? К кому может применяться это?

Зал. Сообщество людей, изучающих эту мудрость.

Валентина Агишева. Так, сообщество людей, изучающих эту мудрость. А вот это сообщество будет в прямом смысле Сангха или в переносном? Это название – это в переносном смысле, не в прямом. В прямом смысле Сангха – это те, кто видел пустоту напрямую, имел этот опыт. Мы с вами Сангха в переносном смысле, а те, кто видел пустоту напрямую – это Сангха в прямом смысле этого слова. И раскол здесь на самом деле среди монахов, которые еще не видели пустоту напрямую, то есть Сангха в переносном смысле.

И немного забегу вперед, Инна будет об этом говорить подробнее, о степени тяжести. Забегу вперед и скажу, что этот проступок считается самым тяжким из пяти. Возможно, сейчас это прозвучит несколько удивительно для вас, как я вижу. Но Инна вам расскажет, объяснит почему.

А мы с вами по концентрическим кругам думаем: как нам не приблизиться к самому тяжкому проступку. Какие будут ваши мысли на этот счет? Изучать мудрость по правильным книгам *(повторяет ответ из зала)*. А почему? Что вы имеете ввиду?

Зал. Раскол на основе чего-то. То есть я увидел что-то другое, по другим книгам читал, чтобы пройти к расколу в учении.

Валентина Агишева. Ага, то есть изучать правильные книги, правильное писание, чтобы избежать раскола относительно учений. Разбежности взглядов относительно учений, да? Я поняла. И я дополню. Если я скажу, что тогда вы будете изучать правильные вещи, у вас будет правильный взгляд на мир, на реальность. И это предостережет вас от совершения и этого проступка в том числе, и других тоже.

Если, может быть, добавлю такой пример, удаленный такой концентрический круг. Может быть, это раскол между людьми. Может не вносить раздор, не вносить раскол между людьми, которых вы знаете, между вашими знакомыми. Разъединять, да, не разъединять людей.

Будет ли это, как вы считаете, будет ли это тем, что может вас, не дай бог, приблизить... *(кивает)* хорошо, да! По мы поговорим о том, когда подробнее рассмотрим условия создания раскола, мы с вами скажем, в чем его суть. Там очень интересный момент. То есть мы уделим этому вопросу отдельное внимание. Это будет наш следующий вопрос.

И сейчас коротко пятый проступок – это нанесение вреда Будде со злым умыслом. Будда не может страдать уже, Будда не может умереть. Но ваше намерение человека нанести вред такому существу, как Будда, пролить его кровь, вот это и есть суть этого плохого поступка.

5) Нанесение вреда Будде со злым умыслом



Например, у Будды был сводный брат. И он испытывал невероятную зависть к Будде всю свою жизнь. И он хотел нанести ему вред, он даже организовал такой заговор в целью его убить. Заговор не удался, и тогда он еще одну попытку предпринял, он поранил его, поранил Будду. И считается, что Будда позволил, чтобы это произошло. Он пролил кровь, поранил ему ногу, сводный брат. И вот вся суть этого поступка, еще раз повторю, в том, что вы намереваетесь в вашем намерении нанести вред такому существу, как

Будда. И по концентрическим кругам, что может быть, как нам не приблизиться к центру, что скажете? Никому не наносить вред, никому не škодити *(реагирует на ответ из зала)*. Супер, я думала, что это...

Зал. Чтобы даже не планировали...

Валентина Агишева *(смеется)*. Никто не запланировал еще ничего, все нормально, нет? Точно, точно, охрана, отмена. Такие все: так, это мысль, все, вот это все, все, что мы тебе назвали, нужно это отменить.

И еще раз, почему никому даже не мыслить причинить вред, потому что вы не знаете, кто перед вами, кто тот человек, который рядом с вами. Я вижу, что была медитация, сейчас занятие не слишком веселое, мы сейчас еще рассмотрим один вопрос и уйдем на перерыв на 10 минут. Хорошо, супер. Еще не закончила, но вы уже немножко оживились, это хорошо. Ожидание перерыва, оно тоже поддерживает *(смеется)*.

Зал. Студент не засыпает за 5 минут до перерыва (смеются).

“Разрушение колеса”

Условия раскола:

- раскол создает полностью посвященный монах
- у него острый ум и нравственность
- ему удаётся разделить монахов, которые ещё не ВПН («дети»)
- в течение периода, когда Будда напрямую не присутствует

Валентина Агишева. Итак, почему мы рассмотрим подробнее такой проступок, как раскол в Сангхе. Потому что мы сказали: это самый тяжкий проступок из пяти. Такой проступок еще называют разрушением колеса Дхармы. И в системе Абхидхармы, колесом Дхармы считается ваше понимание того, что все вещи не существуют сами по себе. То есть, еще раз повторю, колесом Дхармы считается понимание того, что все вещи вокруг вас, есть проекция вашей кармы.

Есть определенные условия, при которых этот раскол происходит. И я скажу такую вещь, что вообще это определенный исторический паттерн. Раскол в Сангхе – это историческое событие, которое происходит на многих планетах, воспроизводится. Поэтому существуют определенные условия для его возникновения.

И первое условие – это человек, который может совершить такой раскол. Первое: это человек – полностью посвященный монах. То есть тот, кто принял полные обеты монашеские. Есть среди нас такие, кто принял полные обеты монаха? *(смеется)* Нет, слава богу, в ад не идем тогда.

Далее, у этого монаха очень чистая, незыблемая этика и острый интеллект. Здесь даже не буду уточнять, у всех острый интеллект, это я вижу, острый ум *(смеется)* И пожалуйста, применяйте его во благо, это очень важно. Спасибо.

Дальше. И у этого монаха очень сильная харизма, очень сильная способность убеждать. И благодаря своей репутации, безупречной этике и харизме, ему удастся убедить монахов в новом пути к достижению нирваны. Он выдвигает пять способов, отдельный путь, как достичь нирваны. И по сути он дает вредные и очень странные советы. Назовем это “вредные советы”. Которые к нирване не приведут, скажем так. Но молодые монахи, мы сказали, это те, кто еще не видел пустоту напрямую, они верят ему, верят этим способам и присоединяются к его точке зрения, то есть встают на его сторону. И вот это вносит, разделяет монахов и вносит раскол в их сообщество. Вы совершенно правы, он дает ложную информацию *(на комментарий из зала)*. И раз уже это сказали, я это планировала ближе к концу, но скажу сейчас. Вся суть раскола именно в том, что этот монах, он сознательно произносит ложь. Говорит лживые вещи с целью разделить сообщество монахов.

Сейчас мы с вами повторим, подытожим ответ на уже еще один вопрос, домашнее задание мы уже получили. И пойдем на перерыв. Итак, на вопрос “условия раскола” что вы напишете? Что мы с вами напишем? Мы напишем, что раскол совершает полностью посвященный монах. У него чистая нравственность, высокая репутация, острый интеллект. Он харизматичен и обладает способностью убеждать. Ему верят монахи, которые еще не видели пустоту напрямую. И важный момент: это происходит в тот момент, в тот период, пока Будда еще физически

присутствует на планете, но просто не находится в том месте, где происходит раскол. И вот эти условия, при которых происходит раскол, мы подошли к ним, мы поговорим после перерыва.

Зал. Он не видел пустоту? Потому что, если бы он ее видел, он бы такого не делал, наверное. Или что значит посвященный?

Валентина Агишева. Посвященный монах – это тот, кто принял полные обеты монаха. Об этом можно уточнить, но в писаниях об этом речь не идет. Тот, кто принял полные обеты монаха. Это очень большое количество обетов, очень серьезное. Возвращайтесь через 10 минут, все целые, здоровые (*смеется*).

После перерыва.



“Разрушение колеса”

Валентина Агишева. Тогда мы продолжаем! Мы поговорим о шести периодах, когда раскол в Сангхе невозможен, не может произойти, то есть пойдем от обратного. Как мы сказали, раскол происходит, когда Будда физически находится на этой планете. И раскол невозможен в течение первых 12 лет после того, как Будда начал преподавать. Почему, как вы думаете? Потому что в течение этих лет все, кто начал изучать, кто слушает учения, изучают, они очень вдохновлены, мотивированы, всё нравится. То есть у учеников есть такая эмоциональная приподнятость по поводу всего того, что они узнают, и это их объединяет. Также, раз уже мы временные отрезки затронули, раскол невозможен, когда Будда входит в свою так называемую окончательную нирвану. Окончательная нирвана, или еще называют пара-нирвана, – это на самом деле, когда Будда устраняет свои эманации с данной планеты. Потому что мы с вами сказали, может ли Будда умереть? Нет, не может. Поэтому он и не то, что называется окончательной нирваной, пара-нирваной, он просто устраняет свои эманации. Вернее, это происходит даже автоматически, когда устраняется эманация, когда недостаточно последователей учений на планете. То есть, как мы уже сказали, первые 12 лет ученики Будды объединенные, вдохновленные и не склонны к расколу, раскалываться, разъединяться – не склонны разъединяться. Но учение распространяется, количество учеников растет, и могут начать появляться разбежности во взглядах. То есть появляются разбежности во взглядах и соблюдении этики, то есть этика учеников, последователей тоже может не быть уже такой совершенной, такой идеальной. И опять-таки результатом расширения учений и увеличения количества учеников является появление новых монашеских резиденций. И всё это условия, которые вы видите и на слайдах тоже, и это ответы на вопросы домашнего задания, мы их потом подытожим.

И еще одно условие, еще один период, когда невозможен раскол, – это когда Будда ушел, то есть ушел с планеты, его не стало. Почему? Потому что ученики, они охвачены горем, это плохое, как бы серьезное событие для них, которое тоже опять-таки их объединяет.

И последнее условие – это: раскол не произойдет, пока на планете не появится один из так называемой великой пары, двух его основных учеников. Один из его основных учеников, тут лучше посмотреть – Шарипутра или Маудгальяна. Эти ученики, так называемая великая пара,

6 периодов, когда он не возможен:

- первые 12 лет преподавания Будды Шакьянуми
- в «конце» (Будда входит в свою “окончательную нирвану” = устраняет эманации)
- первое время, как только Будда ушел
- пока не появится один из его основных учеников – Шарипутра и Маудгальяна “Великая пара”
- пока в учениях не появятся ошибки
- пока не появятся отдельные монашеские резиденции

потому что один из них объединяет сообщество, снов объединяет сообщество монахов в течение 24 часов после раскола. Точно, я тоже об этом подумала, как супергерои. И вообще раскол, когда он происходит, стоит сказать, это очень серьезное негативное событие.

В течение 24 часов, пока существует раскол, никто на данной планете не может войти в глубокую медитацию, не может даже цитировать, произносить писание, читать писание, не может прийти к никаким глубоким осознаниям. То есть раскол – это серьезное событие, которое, можно сказать, нарушает энергетические вибрации всей планеты. И повторю, как мы уже сказали ранее, вся суть раскола в том, что вот этот монах сознательно произносит ложь, он такую смуту вносит. Вы можете спросить, а Будда где в это время находится, если присутствует на планете, еще 12 лет преподавания не прошли, - где он находится? Будда в этот период не находится, то есть считается, отвернулся, не находится в данный момент в том месте. И вот этот вот смутьян, можно назвать его так, использует этот момент.

Вот, теперь под конец мне важно сказать, а к нам это какое может иметь отношение, возвращаясь, переходя к концентрическим кругам? То есть, что мы можем с этим сделать? Так как раскол по сути происходит из-за личных несогласий, а не из-за философских взглядов, то, как правильно вы сказали, это стараться не вносить раскол, разногласия между людьми, которых вы знаете, с людьми, с которыми вы общаетесь. Не говорить о ком-то из студентов, не говорить о ком-то другом, какой он или она, что-то нехорошее что-то сделали. Не обсуждать что-то негативное с другими. У вас, у каждого из вас, у каждого из нас, есть свой личный путь. Он интересный, легкий, и будет еще легче, если мы будем избегать таких вещей, как пять мгновенных проступков. Почему? Потому что это нам позволит избежать самой плохой кармы, которую мы могли бы получить в результате.

И дальше я с огромным удовольствием передаю слово Инне Катуниной, которую знаю уже много-много-много лет, еще с Киева. Инна начала изучать систему семян с 2017 года, она прошла 18 открытых курсов, на минуточку. Она сейчас живет в Вене, приехала недавно и является продюсером оффлайн мероприятий АСИ и учителей. Так что ее путь сюда пошел через Германию, Киев, Германия, Вена. Очень рада видеть Инну здесь, как и все мы, и передаю ей слово. *Аплодисменты.*

Инна Катунина. Спасибо большое, спасибо за перевод. Водички можно (*предлагает воду переводчице*). Спасибо большое, Валя, за то, что мы вместе преподаем лекцию. Спасибо, Макс и Ира, за возможность преподавать сейчас. Когда-то лет пять, наверно, даже шесть назад Макс организовывал мероприятие в Украине, и Валя там была преподавателем. Это было мое буквально, наверное, третье живое мероприятие, когда я вот соприкоснулась с кармой, ну, понять, что они вообще тут все делают. А теперь мы вот вместе преподаем. Это невероятно, что карма с тобой делает вообще, так что вы сильно не расслабляйтесь, скоро ваша очередь (*смеется*). Галия сделала вот так (*закрывает лицо руками*). У меня тоже что-то такое было. Так, давайте вспомним, что же мы здесь делаем, тут такая тема непростая этого урока. У нас же еще есть главная идея курса. Хочется сказать главную идею курса, давай (*предлагает участнику из зала сказать главную идею курса*).

Зал. Чтобы осуществить свои мечты, необходимо соблюдать этику нравственности.

Инна Катунина. Чтобы осуществить свои мечты, нужно соблюдать этику нравственности. Да, немножко добавим уточнение: полагаться на законы кармы. И сейчас на этом именно девятом уроке мы с вами изучаем, как же избежать вот этой самой плохой кармы, чтобы не оказываться в плохих местах. И Валентина нам уже очень хорошо подробно это все

раскрыла. Сейчас будьте внимательны, я буду проверять ваши конспекты, буду задавать вопросы, раздавать подарки. Сейчас проверим, кто спал на лекции Валентины, кто писал.

А сейчас пока пару слов о том, зачем вообще всё это нужно мне в жизни, вот этот весь АСИ, тратить на это время, сдавать 18 курсов. Я вообще с маленького городка, с бедной многодетной семьи, нас было четверо, я самая старшая. У меня никогда не было никаких больших и масштабных целей, потому что я настолько думала, что нереально что-то реализовать в своей жизни. Я помню, ездила в село у бабушки, там такая была трасса, я спрашивала: «Куда ведет эта трасса?». Говорят, на Киев. И почему-то все в этом селе стремились вот на тот, на Киев. Я вообще туда не стремилась, какой Киев вообще? Что такое вообще Киев? То же касалось денег, отношений, я как-то не бегала за этими мальчиками, что мне нужны срочно отношения... Я не знаю, могу ли я вам донести, конечно, то, что было во мне, но настолько не верила, что это нормально, ставить цели и их как-то достигать. Насколько для меня было все это как по накатанной, вот как будет, так будет.

Но именно АСИ и именно этот курс о карме, он во мне что-то пробудил. Тут настолько есть четкие чек-листы, что делать, что не делать, чтобы достичь своих мечт или наоборот разрушить их. И поэтому я изучаю эти курсы, потому что это настолько прямая инструкция, чтобы стать счастливыми, и поэтому я хочу их тоже передавать и дальше, чтобы эта инструкция распространялась. Пожалуйста, применяйте это всё, и скоро вы тоже будете экспертами по карме. И вот так будете реализовывать свои желания (*щелкает пальцами*).



Что именно делает поступок “мгновенным”?

Отвержение и/или устранение особенных объектов

1) из-за помощи,
которую они оказали
человеку

(человеческое тело, способное
достичь Просветления)



2) из-за их
исключительных
духовных качеств

И мы переходим к вопросу домашки №5: что именно делает поступок мгновенным? Есть две основные вещи, почему эти пять действий, они настолько плохие. Мы их уже изучили с Валентиной, сейчас мы еще будем к ним возвращаться. И первое, это имеет отношение к объекту помощи. И тут дело даже не настолько в

мотивации, а настолько к объекту, которому вы совершаете этот поступок. Я хочу сейчас отдать первый подарок. Какие же это наши пять этих мгновенных проступков? Галия, давай, не стесняйся. *Зал делает предположения.* Убийство отца, убийство матери, убийство Архата, несение раскола в Сангхе и нанесение вреда Будде, имея злые умыслы. Слушай, Галия, ты забираешь два подарка, потому что Галия ответила, не подсматривая в конспект.

Тут я хочу задать вам еще один вопрос. Убийство отца, матери, нанесение вреда Будде со злым умыслом и вреда Архату. И мы с вами уже на Карма-точке заканчиваем прохождение десяти этических принципов, вы уже эксперты в этой области. Какая же природа этих четырех первых мгновенных проступков из десяти этических принципов? Давай подскажем немножко, убийство отца, убийство матери. *Зал делает предположения.* Да, верно, первый этический принцип сохранения жизни или наоборот, не сохранения жизни. Подарочек? Спасибо большое (*передает подарок*). Нет, все четыре, четыре первых. Так, я вас немножко запутала, смотрю.

Четыре первых, они все связаны с убийством, с первым этическим принципом, несохранение жизни или сохранение жизни. Да, я вас запутала и себя запутала.

Ладно, давайте не четыре первых, давайте четыре: убийство отца, убийство матери, Архата и нанесение вреда Будде. Вот это всё связано с первым этическим принципом не сохранения жизни. Все согласны? Все, остался у нас один пункт, какой? *Зал делает предположения.* И из десяти этических принципов, хочу подарить вам 10 евро, связано с каким этическим принципом? Есть, четвертый этический принцип, правда или ложь. Спасибо большое. Так, распутались? И я распуталась.

Валя, кстати, нам это раскрыла более обширно, это когда намеренно происходит ложь, чтобы внести этот раскол. Этот человек, он еще может говорить как бы специально лживые вещи, что Вы можете делать вот это, вот это, чтобы достичь нирваны.

Зал. Он точно сам еще не достиг нирваны, раз он так делает.

Инна Катунина. Лена говорит, он точно сам еще не достиг нирваны, раз он так делает (*смеется*). И есть пять кармических объектов, по отношению к которым можно совершить этот мгновенный проступок. Сейчас давайте внимательно, чтобы я снова вас не запутала, и сама не запуталась. Какие это объекты? Давайте первые, два первых из них назовем. Это наша мама и папа. Если убить кого-то из родителей, это может быть очень-очень плохо, но мы это уже знаем.

Когда мы с Максом обсуждали этот урок, Макс сказал одну классную вещь, которую я хочу вам передать. Если вдруг вы решите стать серийным убийцей, пожалуйста, не ставьте родителей в список первым, вторым (*смеется*). Это на самом деле классная шутка, потому что Макс дал список, кого ставить в этот список. Как думаете, что предложил Макс поставить в список первыми пунктами? Давайте за подарок. О, сколько рук, прикольно, давай. *Зал делает предположения.* Ответ: это я, потому что все происходит от меня. Макс говорит, нет вас я туда не ставил. Ну, в принципе, это как бы и правильный ответ, но не совсем тот, который хотелось бы услышать, попробуешь развернуть? Я, что в «я» входит?

Зал. Это мое видение, то, чем я наполнен, и что я могу видеть в другом объекте.

Инна Катунина. Это мое видение, то, чем я наполнен, и что я могу видеть в другом объекте. Ну, подарок твой (*передает подарок*). И я хочу именно вам этот список еще произнести, более чек-лист такой подробный, нужен он вам? Супер, нужен. Значит, я вас не запутала. Это наш гнев, наша злость, наше там злорадство, зависть, всё, что там присутствует. Классный лайфхак? Эгоизм наш там...

Итак, почему родители? Я думаю, вы тоже знаете ответ на этот вопрос. Родители подарили нам жизнь, это самое ценнейшее, что мы можем получить в этой жизни. И тут суть не в том, что, может быть, кого-то там родители, не знаю, оставили в детдоме, о ком-то плохо заботились. Это не в этом суть, а именно в том, что они подарили нам вот это вот человеческое тело, в котором мы можем достичь этого абсолютного счастья.

Есть две мысли, которые возникают у нас, у человека, которые вынуждают совершать этот мгновенный проступок. Это сейчас мы говорим по отношению к родителям, еще к этому пункту. И первое, вам нужно отвергнуть своих родителей. Когда это происходит, вот это вот как бы мы отвергаем своих родителей, мы как бы отвергаем вообще свое просветление, свое абсолютное счастье.

Хочу поделиться своей историей, поскольку нас в семье было четверо, мы жили не очень, и мне казалось, что если бы нас было меньшее количество, то наша жизнь была бы намного лучше, мне бы могли куклу Барби купить, киндер-сюрприз. И я реально злилась на родителей,

зачем же они нас вот столько нарожали. Хотя сама уже троих родила, карма возвращается (*смеется*). Мои родители, когда я родилась, они были очень молоды, 18-19 лет, и папу тогда еще в армию забрали, тогда еще служили по несколько лет. И только сейчас я осознаю, какие невероятные вещи они мне подарили, какое подношение вообще сделали на самом деле. И так интересно, буквально перед уроком мне звонит сестра. Круто, теперь я счастлива, что они у меня есть.

И второе: вы хотите их устранить, ну и применяете какие-то шаги. И это в принципе касается концентрических кругов, это не то, что вы там запланировали убийство родителей. Например, моя история, я очень ждала, когда мне уже исполнится 18 лет, и я смогу уйти из дома поскорее. Я, кстати, так и сделала. Маме со мной было ох, нелегко. И это то, как я нарушила эту часть концентрического круга по отношению к родителям. И вот эти две мысли, они делают этот мгновенный проступок таким мгновенным, что ведет нас в не очень хорошие места, либо не очень хорошую жизнь, которую мы проживаем.

Кто назовет оставшиеся три, получит подарочек. Пять мгновенных проступков, ой, кармических объектов, два из них мы уже назвали, мама, папа и еще три, кто назовет остальные три объекта? Я немножко проспайлерила, это похоже на пять мгновенных проступков. *Зал делает предположения*. Да, верно. Это убийство Архата, нанесение вреда Будде и раскол в Сангхе. Спасибо большое, подарочек (*аплодисменты*).

И тут мы говорим о этих мощных кармических объектах, и вот вторая часть ответа – из-за исключительных духовных качеств этих объектов. И называются они Будда, Архаты и Сангха. Это такие существа, которые являются невероятно мощными, экстраординарно, вообще кармически мощными, и когда мы по отношению к ним что-либо совершаем, это как будто бы самый такой мощнейший микроскоп нашей кармы подсвечивает все эти наши семена. И эта наша карма невероятно мощно увеличивается.

Маленькое подытоживание, есть пять мгновенных проступков и пять кармических объектов. И вот эти вот... По отношению к этим пяти кармическим объектам, когда мы совершаем какие-то поступки, немножко мы об этом с Валея говорили, помните, что мы не знаем даже кто перед нами. Поэтому, если вдруг вы их не встречали, использовать этот метод, притвориться «я не знаю кто передо мной на самом деле», тогда вы создадите семена, что вы обязательно их встретите. И вот здесь хорошая новость, почему это мощно и классно, потому что мы же по отношению к ним можем совершать не только негативные поступки, чтобы попадать в плохие места, - мы можем совершать хорошие поступки, получать супер мощные кармические результаты. И когда мы воздерживаемся от пяти мгновенных проступков... Вернее, не когда, а нам следует воздержаться от них, и следует делать супер классные вещи по отношению к таким кармическим объектам – это наши родители, Будда, Ария, Сангха. Можно вам дать небольшое задание, может быть на обеденный перерыв? Подумайте, что бы вы, может быть, прямо сегодня могли сделать для своих родителей, для окружения, которое вас окружает. Мы уже можем прямо сегодня посадить эти супер мощные экстраординарные семена.

Давайте мы с вами перейдем к следующему вопросу, смотрю время очень быстро заканчивается. Можно я сделаю сейчас еще небольшую подводку про то, почему так важно не совершать раскол Сангхи? Это то, что скорее всего сейчас будет непонятно, надо положить на полочку, но хочу посадить нам это семя. Потому что целостность Сангхи, целостность всей группы это – Дхармакая, дхарма – тело Будды. Положите это на полочку, поразмышляйте над этим. У меня тут есть короткая история, но это о том, что я делаю в своей жизни для Сангхи, я стараюсь организовывать оффлайн мероприятия, чтобы всех нас соединять.

Итак, мы переходим к шестому вопросу домашки: объясните порядок тяжести для пяти мгновенных проступков. Какой самый первый, самый тяжелый?

Зал делает предположения.

Раскол Сангхи, верно. И как мы можем его не совершать? Мы можем поддерживать друг друга, обращать внимание друг на друга, что случилось, поговорить, встретиться, приходить на такие мероприятия. Второй, как

думаете, по степени тяжести какой? Не было подсказки у Вали в лекции? Это нанесение удара Будде со злым умыслом. Записывайте, это ответ домашки. Третье – это убийство разрушителя врагов. Как думаете, что четвертое? Мама четвертая и пятая папа. Четвертое – убийство вашей мамы, и пятое – убийство вашего папы.

Итак, седьмой вопрос домашки: поступки каких из трех врат выражения являются наиболее серьезными, как думаете? Помните десять этических принципов? *Зал делает предположения.* Да, да, верно, верно, мысли. Это, в принципе, такой коротенький ответ. Можно громче? *Зал разъясняет ответ.* Мысли, потому что она рождается самая первая, потом она материализуется в речь и происходит действие. И давайте вспомним, что к этому относится, к мыслям, из десяти этических принципов. Зависть, злорадство и неправильное мировоззрение.

И последний вопрос домашки: какие из пяти взглядов являются наиболее серьезными. Как думаете, какой из десяти этических принципов самый серьезный?

Да, кто там? Десятый. Да, десятый этический принцип – неправильное мировоззрение. Класс, какие вы молодцы! Так, и сегодня мы, значит, с вами поговорили о пяти мгновенных проступках, результатом которых обязательно будет рождение в плохом месте.



5 мгновенных проступков

- | | |
|---|-----|
| 1) Убийство вашей матери | Nº4 |
| 2) Убийство вашего отца | Nº5 |
| 3) Убийство архата | Nº3 |
| 4) Создание раскола в Сангхе – сообществе монахов | Nº1 |
| 5) Нанесение вреда Будде со злым умыслом | Nº2 |

ACI 5.3

3 двери выражения (трое врат)



мысли



речь



тело

серьезными, как думаете? Помните десять этических принципов? *Зал делает предположения.* Да, да, верно, верно, мысли. Это, в принципе, такой коротенький ответ. Можно громче? *Зал разъясняет ответ.* Мысли, потому что она рождается самая первая, потом она материализуется в речь и происходит действие. И давайте вспомним, что к этому относится, к мыслям, из десяти этических принципов. Зависть, злорадство и неправильное мировоззрение.

И последний вопрос домашки: какие из пяти взглядов являются наиболее серьезными. Как думаете, какой из десяти этических принципов самый серьезный?

Да, кто там? Десятый. Да, десятый этический принцип – неправильное мировоззрение. Класс, какие вы молодцы! Так, и сегодня мы, значит, с вами поговорили о пяти мгновенных проступках, результатом которых обязательно будет рождение в плохом месте.

ACI 1.6

● 10 этических принципов

	 (от чего воздержаться)	
ТЕЛО	[1] Убийство [2] Воровство [3] Неправ. секс. поведение	[1] Сохранение жизни [2] Уважение чужой собственности [3] Уважение отношений др. людей
РЕЧЬ	[4] Ложь [5] Разделяющая речь [6] Грубая речь [7] Бесплезная речь	[4] Правдивая речь [5] Соединяющая речь [6] Мягкая речь [7] Содержательная речь
УМ	[8] Зависть [9] Злорадство [10] Неправ. мировоззрение	[8] Радость успехам других [9] Сочувствие неудачам других [10] Правильное мировоззрение

И давайте такую заключительную жирную точку, кто повторит, как они звучат? *Зал делает предположения.* Убийство матери, убийство отца, убийство Архата, раскол Сангхи и нанесение вреда Будде со злым умыслом. Ура, это такая достаточно непростая тема, вы так хорошо всё

запомнили! Теперь давайте еще будем применять это в жизни. И чтобы осуществлять свои мечты, что нам нужно делать? Полагаться на законы кармы, верно, ура, запомнили главное (аплодисменты)! И что, если мы с вами реально будем это всё в нашей жизни применять, какая будет у нас жизнь? Счастливая, да, мы будем счастливые,

● Итого, что прошли

- ☒ 5 проступков, результатом которых обязательно будет рождение в плохом месте

наши мечты будут исполняться, и мы будем счастливы.

Зал. Чай с Буддой попьем.

Инна Катунина. Лена говорит, еще и чай с Буддой попьем (*все смеются*). Спасибо вам большое. Передаю слово Оле, организатору. И тебе спасибо за перевод огромное (*благодарит переводчицу*). *Аплодисменты.*

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

Курс V Как работает карма

Стенограмма к занятию 10. Как сделать карму более сильной.

Преподаватели: Максим и Ирина Джабали

(Максим и Ирина Джабали выражают благодарность за подготовку этой стенограммы Бойко Елене, Саттиевой Зарине и др.)

Максим Джабали. Всем привет! Ну что, прощаемся уже? *(аплодисменты)* Ну, погодите, еще занятие последнее будет, все нормально. Вы так обрадовались уже, все хлопают, всё, по домам можно. Еще не отпускаем. Попрошу поприветствовать нашу чудесную переводчицу Ваню *(аплодисменты)*. Спасибо.

Так, какой у нас тут урок по счету? Вроде 10-й, да? Эм, напомним, какая у нас главная идея курса? Ваш последний шанс, ребята. *(говорит хором с залом)* Чтобы осуществить свои мечты, нужно полагаться на закон кармы. Можно теперь я вам похлопаю? *(аплодирует)*. И сегодня у нас, оно в структуре этого курса для меня ощущается как бонусное занятие. Оно, во-первых, не депрессивное, как некоторые занятия, там, 10 способов убить мать, 3 способа убить отца. Хотя мне кажется, Инна Катунина и Валентина Агишева чудесно справились со своим занятием. По-моему, в депрессию никто не впал *(смеется)*. *(повторяет для переводчицы)* И Валентина Агишева. Агишева. Да, мне очень понравилось ваше занятие, спасибо, что помогли.

Сегодня такое бонусное финальное занятие, и это меня очень радует, потому что оно про самый быстрый путь к богатству. Тут галерка пришла просто так в гости поддержать, я думаю, туда, куда надо пришли *(смеется)*. *(объясняет переводчице)* Задний ряд, девочки на заднем ряду пришли в гости поддержать. Я говорю, что они сразу на карму богатства пришли *(смеется)*.

Да, мы сегодня будем говорить о том, как вот эту создать исключительную карму даяния. Мы поговорим про 4 типа даяния. Про 7 богатств арии, или 7 качеств, которые нам нужно иметь в себе для того, чтобы супер семена сеять. Если вам этого будет мало, мы поговорим про 3 качества, чтобы сделать еще свое даяние более сильным. И на бис, если вы попросите, поделимся 6 условий, чтобы поступок совершен был и накоплен. Особенно мы хотим, чтобы наше даяние, щедрость, чтобы оно было накопленным поступком, приносило нам быстрее результаты. Ну что, погнались? *(из зала звучит просьба вернуть слайд презентации)* Конечно, можно *(возвращает слайд)* Лена записывает главные идеи уроков. Спасибо, Лена.

Мы говорим о том, что самый быстрый путь богатства, – это создавать исключительную карму даяния, или щедрости. Начнем с 4 типов даяний. Они структурированы по 2 критериям. Кто получает пользу от акта щедрости? То есть получает ли дающий и получает ли пользу тот, кому ты даешь вещи? Соответственно, какие 4 вариации могут быть? Это «муши-мусум» называется *(повторяет для переводчицы)*. Такая логика по четырем... *(раздается голос из зала)*. *(перечисляет на пальцах)* Оба; никто; один получает, другой не получает. Например, дающий получает, а тот, кому дают, не получает. Или наоборот: кому дают – получает, а тот, кто дает, – не получает. *(повторяет для переводчицы)* Оба, никто, только дающий или только получающий. Я здесь уточню сразу, так будет проще. Здесь речь идет про результат в сансаре. Чуть позже вы поймете, почему это имеет значение.

Итак, давайте посмотрим. Какие у нас там есть сувениры еще *(берет пакет с подарками, ищет)*. За сувенир, а конкретно... *(держит что-то в руках, нюхает)*. Такое я хочу дома

доставить. Персиковый улун. Улун – это чай, чай я люблю. Это благовоние с запахом вот этого перского улуна. Это мы оставляем себе (*откладывает, берет другой предмет*). Эти ароматические палочки тоже я себе хочу (*откладывает, берет другой предмет*). Это какой-то крем... прикольный, все равно себе тоже. (*улыбается*) Шучу, шучу!

Приведите мне пример, за подарок, но только по поднятой руке. Как может быть такое, что дающий, например, накапливает пользу для себя, а получающий никакой, получающий вот это даяние его, никакой пользы не получает? Катя первая подняла руку.

Зал. Если даем просветленному существу.

Максим Джабали. Если даем просветленному существу. Ну... (*думает*) Это же у него все равно всходят хорошие семена, что ему что-то дарят. Я бы сказал, что пользу он получает. Но в целом я готов подебатировать, Катя, потом. Глеб хочет. Давай, Глеб, что?

Зал. Маме сковородку подарить.

Максим Джабали. Нет, это польза точно будет.

Зал. Она пользы не получает, если она не готовит. (Максим смеется)

Максим Джабали. (*указывает рукой в зал*). Слава! Поднимал руку? Просто потягивался? Еще есть идеи? Давайте, Владимир.

Зал. Если даешь под процент.

Максим Джабали. Если даешь под проценты, пользу получаешь, а тот, кому дают, не получает (*думает*). Но он все равно получает пользу. Еще задний ряд у нас поднимает руку.

Зал. Даешь человеку то, что не нужно.

Максим Джабали. Ммм (*думает*). Это хороший пример. Но все еще что-то этот человек получил. Может, он потом сможет использовать, кто знает. Людмила.

Зал. Я так думаю, что, наверное, когда вообще ничего не даешь, оставляешь только себе.

Максим Джабали. Не-не, что-то даешь. Вопрос – я подсказку делал – кому или чему.

Зал. Может, это причина для злости?

Максим Джабали. Нет, не причина для злости.

Зал. Но вот, допустим, даешь, а человек не рад этому.

Максим Джабали. Это то же самое, что и не нужно. Ну, может, ему попозже пригодится. Может такое быть, что ему польза будет. Я когда вам начну приводить примеры, вы скажете: «Об этом мы не подумали!» Но вы эти примеры знаете, это не какая-то непонятная история. Кто, Оля хочет? Что, Оля?

Зал. Цветы на могилку положить.

Максим Джабали. Молодец. (*повторяет переводчице*) Цветы на могилу. Иди забирай персиковый улун.

Зал. Я на самом деле второй раз прохожу, но я не знала.

Максим Джабали. «Я второй раз прохожу, но я не знала!» (*смеется*) Ну, такого условия не было, что нельзя проходить.

В общем, даяние неодушевленным предметам. Ну, к примеру. Да, на алтарь. Если у вас есть дома алтарик, вы делаете эти чашечки, раскладываете водички. У вас нету там одушевленного предмета, скорее всего (*смеется*). Неодушевленным предметом, считается, да, дающий накапливает хорошие семена, они у него взойдут, но получающий, как бы, неодушевленный предмет. Да, то есть если вы статуе делаете какой-то подарок, под статую кладете, ну это ж... (*разводит руками*) кто получает пользу? И у меня тут написано, что два типа людей это могут делать. Те, кто не освободился от невежественного желания в сфере желания, – это я. Насчет вас я не знаю, сомневаюсь (*смеется*). И те, кто в глубокой медитации находятся. Это первое: когда даяние ради собственной пользы.

Теперь второе: даяние с пользой получателю, но не дающему. То есть тот, кто дает, не получает пользу в сфере желания, в сфере сансары. И приводится пример, что так делают арьи – те, кто увидел пустоту напрямую.

4 типа даяния



1) с пользой себе



2) с пользой другому

Это интересно. Я слышал историю, как Геше Майкл рассказывает, как он видел пустоту напрямую ну очень много раз. Потому что я слушал вот эти 18 курсов оригинальные, я их на английском слушал, как их Геше Майкл преподавал, все 18. Я много десятков раз слышал, как он рассказывает эту историю, поэтому я ее наизусть вам рассказал.

Он рассказывает одно из осознаний, после того, как ты видишь пустоту напрямую, что за всю свою жизнь ты не делал ничего из неэгоистичных побуждений. То есть даже когда ты родителям помогаешь, я не знаю, тем же храмам делаешь пожертвования, все еще у тебя есть какой-то эгоистичный мотив в этом. Что не является чем-то плохим

по своей природе, просто важно понимать, что да, у нас есть какая-то эгоистичная мотивация, и всегда будет, пока мы находимся здесь до видения пустоты напрямую.

Я приведу простой пример: даже когда человек, к примеру, приносит цветы на могилу или делает подношение храму – неодушевленным предметам, где у него там эгоистичная мотивация может быть? Есть у вас идеи?

4 типа даяния



1) с пользой себе



2) с пользой другому



3) с пользой обеим

Зал. Хочу для себя заработать хорошую карму

Максим Джабали. Хочу для себя хорошую карму. Как минимум, я хочу себя видеть хорошим человеком, да, я не хочу видеть, что я там своих родителей не провожу, которые уже ушли, цветы на могилу им не кладу. В этом не то, что что-то плохое есть, просто я говорю, что всегда

есть какая-то мотивация про себя. Так вот, интересно, что арья – существо, которое видело пустоту напрямую, – когда он что-то дает или она, у них нет вот этого невежественного желания получить какой-то результат в сансаре. То есть у них нету вот этой мотивации, когда они дают. Поэтому говорится, что они сеют суперсильные семена.

Да, теперь третье: и тот, и другой получают пользу. Есть идеи? *(голос из зала)* Что-что? Какие? Да, вот вся наша щедрость обычно, она относится к этому. Мы кому-то что-то даем, он получает пользу, мы получаем пользу. Да, то есть мы накапливаем семена хорошие, они у нас взойдут. А другой человек «обналичивает» свои хорошие семена.

И четвертое: никто не получает пользы от даяния. Я уточню здесь: подразумевается именно результат в сфере желаний. Это неочевидный пример, поэтому я буквально двух-трех человек готов выслушать. Ммм (рассматривает крем). Ира, что это за крем такой?

Переводчица. Грейпфрут.

Максим Джабали. Туристический гель для душа? Ну, мне на такое надо, ты же знаешь *(смеется)*. Маленький сувенир. Какие идеи?

Зал. Когда дают интоксиканты или что-то опасное. Подарить пистолет.

Максим Джабали. *(смеется)* Вредные советы тут начинаются. Нет, я не про это. Катя!

Зал. Когда арья арии или Будда Будде.

Максим Джабали. Отлично, забирай *(несет подарок в зал)*! *(аплодисменты)*

Хороших путешествий, Катюш. Забирай, хороших тебе путешествий, грейпфрутовых.

Когда будда дарит что-то будде, например, они не получают... Они, во-первых, не находятся в сфере желаний и не накапливают карму, которая у них взойдет в сфере желаний.

4 типа даяния



1) с пользой себе



2) с пользой другому



3) с пользой обоим



4) с пользой ни тому, ни другому

Для меня очень помогает понимать эти все четыре варианта... И особенно вам это будет полезно, когда вы будете участвовать, может быть, в будущем в каких-то церемониях буддийских. Ну, к примеру, мы проводим пару раз в год, и мы сейчас с Ирой будем проводить церемонию подношения огня – фаер пуджу. И для того, чтобы сделать эту церемонию, нужно потратить где-то, я не знаю, тысячу или полторы тысячи евро, купить 18... 16 видов подношений. И выглядит так, что ты это бросаешь все в огонь и сжигаешь. Кому там польза вообще? Ваня была на нашей фаер пудже. Ваня, что ты ожидала, помнишь?

Переводчица. *(кивает, отвечает по-немецки)* Да, я была на фаер пудже, я сожгла разные семена.

Максим Джабали. Зерно сжигала.

Переводчица. *(по-немецки)* И ги.

Максим Джабали. И ги, ги для богатства сжигать.

Так вот это классический пример для меня. Ты делаешь это и не понимаешь, кому вообще там польза. Ты просто в огонь полторы тысячи евро вот так вот сжигаешь, в разных формах, в разном виде (*смеется*).

И для меня, благодаря этому уроку... Хорошо, я понимаю, мне не надо классифицировать... (*думает*) Мне не нужно думать, что польза от даяния может быть только, если получающий получает какую-то пользу. Все еще я могу сам, я могу сам получать пользу, даже если тот, кто получает, пользу не получил, то есть по первому типу, с пользой себе. Я получаю результат для себя, потому что я сжигаю препятствия определенные, сжигаю ментальное мрачение. Или когда я ставлю цветы на свой алтарик, например. Я думаю: я получаю пользу, я ее получу, увижу пустоту напрямую благодаря этому и таким образом помогу в итоге остальным живым существам. Разобрались с этим?

Следующий вопрос домашнего задания, а это был первый. «Перечислите семь качеств, которые делают человека, совершающего даяние, исключительным типом дающего». Мы поговорим про эти семь качеств, которые, если они есть в вас и вы их можете в себе развивать, тогда они делают ваше даяние гораздо более сильным. Вы сегодня на группах мудрости разбирали полный кармический путь, у кого какие цели есть, правильно? Есть у кого-то финансовые цели? (*поднимает руку*) Есть? (*поднимает обе руки*) У Людмилы две. Слава скромно поднял руку, но я знаю, что он тоже две готов поднять. У всех остальных нет финансовых целей, все супер, ничего улучшить не хотите? А, не видно было руку. Есть у всех. Владимир, вам достаточно, не хотите больше? Владимир в нирване уже финансовой.

Итак, давайте разберем вот эти семь качеств, реально по ним хоть тренинг можно проводить, как их развивать в себе для того, чтобы получать больше результата от своей щедрости. Они, кстати, называются «Семь богатств Арий». И у вас может быть одно это, у вас может быть ни одного из этих качеств, а могут быть все семь, и тогда у вас мультипликатор к вашей щедрости.

Первое. «Вера» называется. «Хочу быть таким же», – здесь написано. Ну, к примеру, вы слышали историю, как ваш кумир, может быть, голливудская звезда пожертвовала кучу денег на благотворительность. Не знаю, мне регулярно такие истории попадают. Кто-то кучу денег реально пожертвовал на благотворительность. И вы думаете: «Я тоже хочу быть вот таким щедрым, я хочу тоже иметь возможность многим людям помогать». Вы не думаете: «Вот, эти богатые, они просто хотят свою репутацию улучшить благодаря этим донейшенам. Если бы у меня было 100 миллионов долларов, я бы не миллион дал, а все 10, а то и 50 (*смеется*). Жлобы какие-то все». Жадины – в смысле «скупые люди». (*комментирует перевод*) «Gierig», мне нравится (*смеется*).

В общем, речь идет о том, что у вас есть какие-то примеры, кто вас вдохновляет, кто очень щедрый, вы хотите быть на них похожими. Да, не знаю, для меня Питер Мёртл один из примеров щедрости, щедрого человека очень. Они всегда всем дают кучу денег просто. На уроках раздает, прямо на этом уроке Лама Питер 200 долларов дал за какой-то правильный ответ. Огромные чаевые, по 100 долларов чаевые оставляет. Он для меня пример, я, например, им восхищаюсь, тоже хочу быть таким щедрым. Тогда вот это первое качество, оно у меня есть в таком случае. И если оно у меня есть, и я совершаю какое-то даяние, какую-то благотворительность делаю, тогда у меня получается больше хороших семян накопить. По-тибетски «тэпа».

Второе – «нравственность». Если вы соблюдаете 10 этических принципов, ведете нравственный образ жизни, тогда, когда вы щедрите, делитесь с кем-то, вы накапливаете больше хороших семян, чем если бы вы плохой образ жизни очень вели. Вы, конечно же, знаете истории, как люди, которые, например, своровали деньги или преступники, они начинают какую-то делать благотворительность, храмы, церкви для того, чтобы совесть свою очистить. Это, конечно же... Является, кстати, это хорошим поступком или нет? Хорошим, да. Даже если ты не очень хороший образ жизни ведешь, даже если ты преступник и даешь кому-то деньги, все еще это хороший поступок. Он тебе вернется деньгами тоже. Но если вы хотите больше хороших семян, то вы накопите их гораздо больше, если вы ведете уже нравственный образ жизни, следуя 10 этическим принципам. Второе по-тибетски называется «цултрим». На удачу, кто хочет, может повторить: «цултрим».

Третье – «щедрость». По-тибетски «тонгва». В общем, здесь имеется в виду, во-первых, в принципе быть щедрым. Во-вторых, здесь уточняется еще, что речь также идет о том, чтобы давать из своих основных средств, а не из остатков. Я долгое время пытался разобраться, что вообще имеется в виду, какие остатки, как основные средства. Но я приведу пару примеров, и, может, вы от себя тоже добавите. Недавно я проходил, в прошлом году я проходил обучение в SAM, это колледж Геше Майкла Роуча. И я там умничал и выиграл деньги за правильный ответ. Ну, это был очень специфический вопрос. Вопрос был в том, как Геше Майкл называет место, в котором он учился, в монастыре у Кена Ринпоче. Не сам монастырь, а как этого городок назывался. Кто-то помнит, кстати? «Подмышка нации» он ее называл (*смеется*). Потому что это был промышленный район, очень темный, нефть там, грязь, ну, все было очень плохо. Я хорошо запоминаю обзывательства, ругательства, у меня хорошая память (*смеется*). И я выиграл 100 долларов. И это не был мой основной доход этого месяца, понятно. Это просто какой-то излишек был дополнительный. И я решил, я их не буду даже получать на свой счет, я отправил... Одна девушка, она платила в рассрочку за это обучение, и я ей отправил, чтобы она быстрее закрыла рассрочку. Я ей не отправил деньги из своего основного дохода. Мне пришло что-то дополнительное, упало с неба, и я такой думаю: «Ну, ладно, это я отправлю». Лично для меня разница очень сильно ощущается. Есть у вас какие-то подобные примеры? Что значит «давать из остатка»? Да (*обращается к желающему ответить в зале*).

Зал. У меня это про приоритеты. Получается, допустим, я получаю зарплату. И изначально у меня есть базовая настройка часть средств выделять на благотворительность. А из остатков я уже кушаю, плачу за квартиру там.

Максим Джабали. Супер! Хороший пример. То есть из зарплаты выделяю определенный процент и сразу его приоритизирую, что я с кем-то поделюсь. А на остатки уже живу. Можно наоборот сделать, правильно? Можно сказать: «Ну, я буду смотреть, что у меня там получится. В конце, что останется, я этим поделюсь». И как говорит Оксана Горина, которая проводила... что? Медитацию проводила Оксана. Она помогала Ире купить гардероб, она стилист. Ира ее спросила: «Оксан, какие средства надо вообще с собой взять, сколько денег надо взять?» Оксана сказала: «Слушай, я не знаю. Сколько ты возьмешь, мы столько и потратим. Нет такой суммы, которую «нет, ну вот *столько*, я не знаю, как потратить на вещи» (*смеется*). Пойдем просто по другим чуть-чуть магазинам, не по тем, которые мы планировали, все потратим, не волнуйся». Да, поэтому есть разница... есть разница, когда вы из основных средств отдаете или из остатков, которые у вас там в конце месяца чуть-чуть осталось, хорошо, я поделюсь.

Еще один пример мне часто вспоминает мама. У меня есть младший брат, и когда он был маленький, мы пошли в пиццерию с родителями. Я съедал пиццу. Мне, я думаю, тогда было,

может быть, лет 12, а ему в районе 4. Я съедал пищу, но я не люблю корочки. Я ему давал эти корочки. И он говорил: «Максим, спасибо, Максим, спасибо, брат (*говорит с чувством*)!» Мне стыдно (*смеется*). Это классический будет пример давать из остатков, а не из основного, не от основного куска пиццы. Поэтому мы с Ирой... что я стал менять после того, как я узнал об этом принципе... мы с Ирой сразу в начале месяца, у нас есть обязательные уже подписки, платежи, плановая благотворительность от основного дохода. А не так, как я в начале месяца от зарплаты планирую: так, первая покупка месяца будет – это новая сковородочка (*смеется*). Вот сколько останется, на это будем жить, но сковородку я куплю первой. Первого числа поэтому у меня многие подписки благотворительные срабатывают, до того, как закончились деньги в конце месяца. Подумайте, что вы можете... что вы можете взять себе в практику из этих пунктов. Мы ускоримся.

Четвертое – «изучение». Если вы делитесь, совершаете щедрость, но вы не думаете о пустоте, о пустоте трех сфер, о той карме, которую вы сеете, это будут более слабые семена, чем если бы вы об этом думали. Поэтому чем лучше вы изучаете эти АСИ курсы, тем более сильные семена щедрости вы будете сеять. Третий по-тибетски «тонгва». «Тонгва». Четвертое – «тёпа». Четвертое – это «изучение». И пятое. И шестое. Это вот это. Помните? «Стыд перед собой» и «перед другими». За красивую ручку кто-то помнит по-тибетски? Как хотите. «Нгоцха трел йо» (NGO TSA KHREL YOD). Я вам говорил, вы можете это выучить, потому что мы будем много раз во всех курсах АСИ еще это проходить. В общем, что здесь имеется в виду? Что вы, к примеру, кому-то даете деньги для того, чтобы самому себя не чувствовать плохо, что я вообще жадина и ни с кем не делюсь. И перед другими – это когда вам, наоборот, не хочется перед другими плохо выглядеть. Это часто, знаете, благотворительные вечеринки разные. Это ты как бы хочешь, чтобы тебе не было стыдно перед другими, продемонстрировать свою щедрость.



7 богатств Арий

7 качеств быть исключительным типом дающего

1) Вера

“Хочу быть таким же”

2) Нравственность

3) Щедрость

4) Изучение

5) Стыд перед собой

6) Стыд перед другими

7) Мудрость

И последнее. «Шераб» – мудрость. Для меня это связано с этим изучением, то есть это даяние с мудростью, с пониманием того, что конкретно ты делаешь. Сею семена для того, чтобы в этом мире у всех была финансовая свобода, богатство, изобилие. Что ж, я приглашаю Иру рассказать вторую часть советов будущим и действующим миллионерам. А

конкретно три качества, что делает даяние исключительным.

Ирина Джабали. Спасибо, Макс (*аплодисменты*). Так, сейчас мы эту штуку приклеим как-нибудь (*цепляет на себя микрофон*).

Я не знаю, как вам, но лично мне нравятся эти все советики, там, про карму, про даяние. Мне кажется, это довольно практично. Лично я довольно такой человек ленивый. Но при этом практичный. То есть я люблю сделать минимум телодвижений и получить максимум пользы. Вот максимум, насколько это возможно. Я не знаю, может, еще кто-то из вас такой тоже? (*смех в зале*) Это, по-моему, классно. Чуть-чуть там что-то сделал и сразу много пользы. И мы сейчас будем говорить о, собственно, том, как сделать наше даяние еще мощнее. (*обращается к залу*) Лена, это для тебя вообще-то, вот эта домашка (*показывает на экран*) Лена нам сделала сегодня

подарок с Максимом. Она еще не знала ответы на этот вопрос. Лена, можешь теперь сверять, все ты правильно сделала, максимум пользы получила, можно где-то улучшить было? (смеется) Хорошо. Мы рассмотрим качество «Даяние, делающие поступ более мощным кармически». Это домашка №3. Качества тоже будет три. И первое качество – это совершать акт даяния уважительно. То есть из чувства уважения внутри. И также в такой уважительной манере. То есть для меня это про внутреннее и про внешнее. Мы, например, с Инной были на обеде. Мне кажется, это было какое-то китайское кафе. И мы уходим, и нам, я не знаю, может быть, официантка, может быть, хозяйка кафе, так вот в конце кланяется (*показывает*), спасибо, что пришли. И это было как-то так мило, приятно. Было видно, что она была рада, что мы к ней зашли. И, на мой взгляд, этот пункт здесь, чтобы тоже показать нам, что клеево делать это красиво, элегантно. Не просто, когда мы, там, просто проходим мимо какого-то бездомного, у него там табличка «На еду». Не просто ему, там, на ходу бросил какие-то монетки и дальше помчал. Это всегда можно как-то красивее сделать. И мне нравится это делать, знаете, как в фильме «Матрица» начинается этот фрагмент с замедленной съемкой, когда он там отклоняется, эти пули летят. Мне нравится мысленно попытаться заморозить этот акт даяния, чтобы как-то максимально его прожить, чтобы не сделать это на автоматизме, а прочувствовать, прокофемедитировать уже в процессе. Я помню, как-то тоже я где-то в центре Вены бегу по каким-то своим делам. И там где-то сбоку, я замечаю, сидит женщина на полу, просит милостыню. Я уже пробегаю мимо, уже бегу себе куда-то дальше. И что-то меня цепляет в моем уме, думаю, что-то странное, что-то не так. Но как-то не похожа эта женщина абсолютно на бездомного, другая она какая-то. Я оборачиваюсь, смотрю на нее. Видно, у нее были окрашены волосы, у нее там где-то, не знаю, сантиметров шесть, наверное, корней уже отросло, то есть давно, видно, не красилась, какое-то время у нее проблемы уже есть. То есть для меня выглядит так, что вот у нее была какая-то жизнь, потом у нее начались проблемы в течение какого-то промежутка времени, и сейчас она просто вынуждена сидеть на асфальте и просить милостыню. Я там что-то в сумочке у себя шебуршу, ищу, что ей можно дать. Возвращаюсь к ней уже, протягиваю ей, чтобы наклониться, положить в коробочку или что-то у нее... а! У нее была мисочка из кокоса, знаете, такие бывают мисочки из половинки кокоса. И я как бы к ней наклоняюсь, чтобы положить ей аккуратно. А она, видно, в этот момент тоже не ожидала, для нее тоже это немножко нестандартная ситуация. И она снизу как бы ко мне ближе подается. И мы как-то так настолько близко друг к другу взглядами оказываемся. И она смотрит на меня такими, знаете, ясно голубыми глазами. Я до сих пор не могу забыть этот взгляд. Какая-то такая вообще чудесная и магическая вот эта вот встреча произошла. Почему я рассказываю этот пример? Не пробегайте, не бросайте просто мимо, потому что вы бросите, забудете и побежите себе дальше по делам. Возьмите максимум, замедлите этот момент, сделайте даяние грациозным, красивым. Можно же посмаковать, насладиться этим. Это же кофе-медитация прямо в моменте какая-то сразу. Максимальная осознанность. Хорошо, это был пункт номер один: совершать это уважительно, но мне нравится добавлять еще «элегантно».

Второй пункт. Давать то, что действительно необходимо, и в то время, когда это необходимо больше всего. И для меня это о том, чтобы не давать какой-то мусор, что-то, что не нужно. Ну, и вторая часть, что... Есть такая поговорка: ложка хороша к обеду. Есть у вас такая поговорка? (*обращается к переводчице*) «Ложка хороша к обеду» – так она и звучит. Ну, в том значении, что если тебе обед есть, тебе надо ложкой покушать, а после обеда, когда еды нет, уже ложка не поможет. (*берет упаковку аромапалочек*) Я искренне верю, что всякие наши аромапалочки вам полезны (*смеется*). Нам их, правда, очень много дарят. Мы за нашу жизнь столько не сожжем (*смеется*). Но мне нравится, если честно, когда вещи находят своих

идеальных получателей. Как-то не клёво просто выбрасывать вещи, потому что их кто-то сделал, кто-то вложил в них душу. Классно, когда какая-то классная вещь может еще кому-то прослужить. И в этом пункте Питер Мёртл, он проводил эту лекцию, он рассказывает свой пример с Геше-ла. Ну, если кратко, он говорит: «Так что-то хотелось Геше-ла подарить, ничего под рукой не было, была только чашка». Ну, и на чашке был какой-то скол небольшой. Она была чуть-чуть повреждена (*объясняет переводчице*). Ну, и Питер Мёртл дарит это Геше Майклу. Ну, и тот ему отвечает, мол, найди себе другое место для ненужных вещей. (*смеется*) Ну, это так, да, больно, согласна. Поэтому, да, классно дарить вещи нужные и в нужный момент. Палочки вам точно нужны (*смеется*). Вы начнете медитировать, будете зажигать, алтарик ради них сделаете. Я искренне верю, что это хороший подарок. (*обращается в зал*) Так, Лена, ты себе тут «галочку» ставишь, нужную вещь подарила? Хорошо! (*смеется*)

Третий пункт. Не давать то, что может принести другому вред. Например, мой подопечный под «Биллой», если бы он меня вместо «Колы» попросил купить ему, например, виски (*смеется*), я бы предложила ему все-таки выбрать «колу». Я бы ему виски не покупала. Поэтому мне нравится, когда я вижу бездомных людей, которые просят на еду. Мне нравится прямо им какую-то еду покупать. Это тоже классный момент, когда можно для другого на пять минут стать таким божественным официантом. Можно спросить: «Чего изволите? Может быть, этого или этого?» Человек что-нибудь выберет. Может быть, я такое даже и не слышала, и не ела никогда. Но, как бы, таким образом, я сразу две потребности, два пункта закрываю. Я не даю то, что ему может причинить вред. То есть, если бы я ему просто деньги дала, я, например, не знаю, может, он пойдет сигареты какие-то себе купит или алкоголь. А так я ему сразу какую-то еду покупаю. И при этом я еще у него спрашиваю, что же он хочет. Я-то думала, что, может, голубики ему там купить, полезно для здоровья. Оказалось, он не хочет голубики, он другие вещи хочет. (*объясняет переводчице*) Голубика – Himbeere. Поэтому тут можно сразу одним пунктом двух зайцев... ну, в общем... одним махом два пункта перекрыть – так скажем, зайцев убивать не будем (*смеется*). Хорошо, это были три качества, как сделать даяние исключительным.

И теперь вопрос №4. И я уверена, что вы знаете ответ на этот вопрос. Вот прям уверена на сто процентов. Может быть, кто-то хочет сказать. Дам подсказку. Это было на уроке 4. Этот вопрос рассказывала Оля Цибенко, мне кажется. Тот же вопрос другими словами. Кто хочет попробовать? Катунина так глаза протирает (*показывает на себе, смеется*). Помните, мы говорили о качествах особого объекта? Дорогие участники курса АСИ 5, у вас галерка все ваши подарки соберет. Не признаются, не хотят, хотят себе возможность подарка (*протягивает микрофон залу*).

Зал. Ну, это тот, кто очень нуждается прямо сейчас, да? Это высший объект.

Ирина Джабали. Как понять?

Зал. Я вот не помню, это разные качества или одно, когда человек, который помогает огромному количеству людей, волонтер, учитель? Будды тут нету, да?

Ирина Джабали. (*смеется*) Может, и есть, я много раз слышала.

Зал. Нет, ну, в этих четырех. И вот я передаю микрофон Анастасии (*несет микрофон дальше, аплодисменты*).

Ирина Джабали. Половина подарков.

Зал. Мы поделимся. Родители – это сильный кармический объект.

Ирина Джабали. Погодите-погодите, тут вы сейчас начали перечислять, кто такие сильные кармические объекты. А тут скорее, что делает объект особым. То есть мы поговорили... *(думает)* Хотя, в принципе, можно сказать. Давай, ладно, принимается. Только назовем это скорее «тип объекта». Потому что не только родители, разные объекты могут быть, но в целом, в эту категорию, да. И последнее.

Зал. Те, кто помогали нам в прошлом – мы сказали?

Ирина Джабали. Относительно помощи нам в прошлом, да. Все перечислили? Давайте еще раз. *(берет назад микрофон)* Спасибо. *(дает аромапалочки)* Украинские палочки от бренда «Ретрит» вообще-то. Можете распилить пополам *(смеется)*.

Итого. Вот тот слайд, к которому я отсылалась, из урока 4.



4 качества

по отношению к которому вы совершаете свое
исключительное даяние

ACI 5.4



Что делает объект «особым»

- тип существа
- вид страдания
- оказанная помощь
- хорошие качества

1. Высшая форма жизни
2. Степень страданий
3. Оказывал вам значительную помощь
4. Высокие духовные качества



И вот эти категории, которые... вот эти четыре качества. Тип существа – то есть в данном контексте мы говорили о том, что если мы выбираем, кому помочь, животному или человеку, человеку «выгоднее» в данном случае помочь, потому что это более

высокая форма жизни. Потому что у человека есть потенциал в этой жизни даже просветленным стать. У животных такого потенциала нет. Но это ни в коем случае не значит, что на животных можно «забить», пусть сами себе как хотят, так и выживают, больше не буду кормить своего кота *(смеется)*.

Второе – это относительно уровня страданий, которые этот объект сейчас испытывает. То есть те, кто пребывает в очень сильной нужде, они, как бы, являются более особым типом объекта, им «выгоднее» помочь в нашем случае.

Третье – это оказанная нам ранее помощь со стороны этого объекта. И как раз в этот пункт входят родители как особая категория людей, которые вообще нам подарили жизнь. И это чудесное тело человеческое, в котором мы можем, на минуточку, просветления достичь. И четвертая категория... четвертое качество – это хорошее качество. Хорошее качество объекта. Тот, кто обладает высокими духовными качествами. Тот, кто помогает активно другим. Вот такие у нас есть четыре качества. Четыре качества объекта, благодаря которым мы можем усилить наше даяние.

Хорошо. У нас перерыв. Я минутка в минутку вложилась!

(продолжение) Ура! Добро пожаловать в эфир. Ну что, дорогие участники, мы на финишной прямой! Мы на финишной прямой. Готовы узнать самые финальные рекомендации с курса ACI 5? *(аплодисменты)* Чтоб стать не просто богатым. Чтобы стать *исключительно* богатым. И не только, чтобы это в деньгах измерялось. Стать еще и духовно богатым. Мы же

любим это: одно движение сделали, рукой взмахнули – все порешалось. Ладушки. Последний, пятый вопрос домашнего занятия. Дело в том, что Абхидхарма – она описывает разницу между поступком, который совершён и поступком, который накоплен. То есть карма, что совершена, и карма, что накоплена, – другими словами. И что значит вот это «карма совершена» – это то, что вот этот бакчак, это ментальное семя, оно посажено в нашем ментальном потоке. Может ли быть карма посажена... совершена, но не накоплена? Лена задумалась (*смеется*). Согласно Абхидхармакоше, да. Разница есть, но в рамках данного занятия она не рассматривается. Как бы ни было, я думаю, нам не так важна разница между понятиями теоретически, как скорее то, как нашу карму классной, максимально классной сделать. И вот, собственно, вопрос: выяснить, что за шесть условий, чтобы наша карма была и совершённой, и накопленной. Переводя на наш язык любви: чтобы наши семена лучше всего возрастали, на верочку, самыми чудесными, красивыми результатами расцветали.

Есть шесть условий для этого. Можете мне сразу перемотать на слайде? А то будем долго мотать. И первое – это намерение. Поступок совершен намеренно. То есть мы не случайно какое-то классное действие сделали, а мы реально собирались это сделать. А это мне напомнило случай из моей жизни, случай год назад. Мне нравится на свой день рождения делать какую-то выдающуюся для меня щедрость. То есть какую-то такую особенную щедрость проявить. И самые крупные донейшены в последнее время я как раз делаю в день рождения. И вот в прошлом году, как раз Юля и Женя Беляева собирали на детский дом. Я сделала им хорошее такое крупное пожертвование. И как-то, я не знаю как, ко мне прилип еще один проект, это был приют для животных в Ирпене. Они прямо на грани выживания, на грани закрытия были. Вот прямо супер в нужде, и что-то во мне откликнулось и им тоже помочь. И я в свой день рождения сделала им тоже донейшн на то, чтобы они наладили свои дела, чтобы могли дальше продолжать свое существование. И в то же время параллельно мне надо было еще оплатить за курс немецкого языка. Я, значит, оплачиваю курс немецкого себе. И в этот момент я понимаю, что я снова отправила деньги на приют. То есть первый раз я, конечно, намеренно собиралась поддержать, вообще никаких вопросов. Но второй раз я это делать уже не собиралась. Особенно на фоне той суммы, которую я до этого перечислила на детский дом еще. Но как-то назад уже просить тоже было не очень... (*смеется*). В общем, это тот пример, что иногда мы даже хорошие поступки можем совершать, но совершать не особо-то и намеренно. Но когда мы это делаем намеренно, это как раз условие того, чтобы он был и накоплен, и совершён, а значит, еще более сильная карма.

Второй пункт – полный кармический путь. Наши любимые с вами четыре шага. Мне кажется, у некоторых людей на этих словах начинается «баннерная слепота». Знаете, «баннерная слепота» – это термин из маркетинга, когда ты рекламу не видишь. Помните, кстати, как по-тибетски «четыре шага»? Кто помнит? Начинается на «ши», заканчивается на «*тхар тхук*». Это просто все, что я помню, я не помню серединку (*смеются*). Не помните, не записали? Лена, на тебя все надежды. Спаси меня срочно, мое лицо.

Зал (Лена). Ши, сампа, джёрва, тхар тхук.

Ирина Джабали. Ши, сампа, джёрва, тхар тхук. Чего не то? Максим, правильно? Правильно.

Полный кармический путь – это второе условие для того, чтобы карма была мощной: и совершена, и накоплена. Поэтому, как хотите, без четырех шагов никуда (*улыбается, разводит руками*).

Третий пункт – никаких сожалений. То есть мы реально рады тому, что мы сделали. Хотя и намерения второй раз отправлять на приют у меня не было, но раз я уже отправила, я себе активно говорила: «Так-так, не жалею, не жалею, ты отправила на хорошее же дело, жалеть нельзя». Пришлось вспоминать, что карма-то хорошая, жалеть нельзя (*смеется*). А то и деньги потратила, еще и семян хороших не получу, кому оно надо? (*смеется*)

Бывало ли у вас такое, что вы, например, сделали что-то классное или делали в течение длительного времени что-то классное, реально хорошие дела, а потом спустя время «переобулись» и начинаете жалеть? Ну, например.

Зал. У меня есть очень сложный волонтер.

Ирина Джабали. Сложный волонтер есть у Насти.

Зал. Я недавно доверила одну задачу, и был момент, когда я жалела: Господи, зачем я это сделала!

Ирина Джабали. «Я доверила задачу и потом жалела, зачем я это сделала». Так а то, что ты доверила задачу, это хорошее дело было?

Зал. Я планировала помочь ему создать хорошие семена. Это очень хорошее дело.

Ирина Джабали. Хорошее, потому что планировала... Сейчас я для записи скажу, значит, (*обращается к переводчице*) давай я даже полностью перескажу. Значит, Настя приводит пример, что у нее был волонтер, она пыталась помочь волонтеру и дала классную задачу, чтобы ему помочь. То есть хотела помочь человеку, а он сложный человек. Характер так себе. И вот Настя говорит, как это, начала жалеть, потому что вроде хорошее дело, а жалеть начала, потому что сложно работать. Класс, спасибо. Еще, может, кто-то какие-то примеры вспомнил?

Зал. Я, например, сделала свою работу для человека, а человек пришел и вместо всего хорошего увидел только два недостатка.

Ирина Джабали. Ага, вечная боль заказчика и этого... исполнителя. Сделал для человека работу, человек пришел и увидел только плохое. И что, ты теперь жалеешь, что делала это для него?

Зал. Мне стало очень неприятно. Как будто этого всего труда, что было сделано, это 80%, допустим, он как бы обесценил.

Ирина Джабали. Ага. И это было хорошее дело для него?

Зал. Очень, да.

Ирина Джабали. Да, спасибо, тоже классный пример. Мне еще вспомнилось, знаете, люди часто прожили какую-то жизнь, потом так случилось, что они разводятся, и они начинают друг на друга что-то наговаривать. Ну, например, там: зря я о нем заботилась, ему эти супы варила, все зря. Ну, если так разобраться, то это ж тоже хорошее дело было, мы заботились в течение длительного времени о ком-то. А теперь из-за временных ментальных омрачений, которые набежали, начинаем сожалеть. О хороших делах. Давайте не будем ни о каких хороших делах жалеть никогда.

Хорошо. Четвертое – это «нет антидота». То есть мы не сделали никакого противоядия. То есть не вычистили это каким-то образом.

И пятое – не поверите что. Все так загадочно смотрят на отсутствие пунктов (*смеется*). Я их сгруппировала просто. Сгруппировала их просто! (*смеется*). Пятый пункт – это то, что мы обычно делаем на подушке, но не для медитации, а для сна. Перед сном. И это кофемедитация! Да, мы радуемся. Мы радуемся тому, что мы сделали. Смотрите: если я уберу отсюда радость, кофемедитацию, не будет этого важного условия, чтобы поступок был совершён и накоплен. Чего я так к этой кофемедитации прицепилась? (*смеется*) Потому что я хоть и люблю продуктивность, я все еще ленивый человек и кофемедитировать я откровенно ленюсь. Официальный соджонг (*смеется*). Но я планирую это поправить. Поэтому давайте радоваться нашим чудесным делам. Если вы знаете какие-то классные лайфхаки, как можно интересно кофемедитировать, пишите мне в личку, поможете мне кофемедитировать хорошо.



6 условий

чтобы поступок был совершен и накоплен

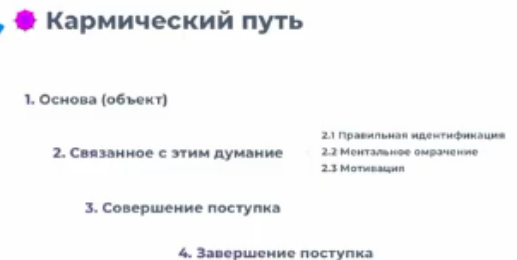
1) Поступок совершен намеренно

2) Полный кармический путь

3) Никаких сожалений!

4) Нет антидота!

5) Радуемся!



Вот, и это были пять... Мы намеренно совершили поступок. Полный кармический путь – 4 шага. Как он будет по-тибетски?

Зал. Ши.

Ирина Джабали. О! Видите! «Ши» уже есть. И что-то там в конце про фартук, да? (*смеется*) Ну, скажи полностью.

Зал. Ши, гампа, джёрва, тхар тхук.

Ирина Джабали. Не, не «гампа», что-то там другое должно быть.

Зал. Сампа.

Ирина Джабали. Сампа. Джёрва. Тхар тхук. Я думаю, что выучим однажды (*смеется*). Не сожалеем о хороших поступках. Не применяем антидотов к хорошим поступкам. Что за «антидоты»? Я не знаю, может быть, можно случайно как-то там, вот как в четырех силах мы делаем антидот против плохого действия, может быть, мы тут можем тоже какой-то антидот сделать. Не знаю, нет у меня примеров. Может, у галерки есть, они там активно обсуждают, мне кажется, как раз этот вопрос. Товарищи знатоки, вы знаете пример для «нет антидота»? Я слышу, слышу, так вот.

Зал. Отправил деньги в приют поддержать животных. И в течение двух часов, семя еще не успело укрепиться-укорениться, а я иду по улице и пнула котенка.

Ирина Джабали. И пнула котенка.

Зал. И как бы плохой поступок – это антидот в данном случае к хорошему поступку.

Ирина Джабали. Плохой поступок – антидот к хорошему (думает).

Зал. То есть я сразу же нивелировала вот эту хорошую созданную карму.

Ирина Джабали. Не знаю, не знаю. (переводчица пересказывает, Ира обращается к ней)
Да, но скажи, что я не знаю, это предположение из зала. Может быть, в АСИ 6 будет ответ на этот вопрос.

Антидоты не применили, порадовались. И последнее условие: поступок относится к типу, который определенно созреет. И это было 6 условий, как создать самые чудесные, прекрасные семена. Теперь у вас есть полный набор инструментов к богатствам.



6 условий

чтобы поступок был совершен и накоплен

1) Поступок совершен намеренно

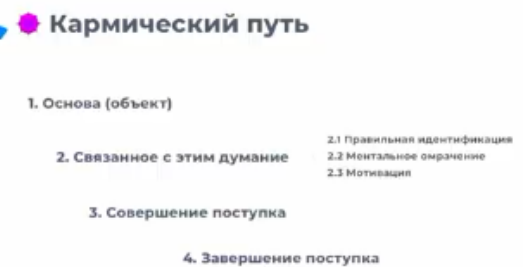
2) Полный кармический путь

3) Никаких сожалений!

4) Нет антидота!

5) Радует!

6) Поступок относится к типу,
который определенно созреет



На АСИ 6 встретимся – уже все миллионерами будем. И также у вас есть в состоянии на сейчас все инструменты, чтобы осуществить все свои мечты. Как наши бытовые, мирские, также и кое-что более экстраординарное.

Я приглашаю сюда Максима Джабали сделать краткий обзор курса (передает микрофон).

Максим Джабали. Так, обзор курса.

Ирина Джабали. Да, первый урок был «Что такое Абхидхарма». Если придет Далай-Лама и вас спросит, что вы изучаете, какой предмет, вы ему что скажете? (звучит ответ из зала) А нет, вы ему скажете: «Абхидхарма». А если он спросит, по какой книге, тогда вы скажете: «Абхидхармакоша»

Максим Джабали. На втором уроке мы проходили?... (зал отвечает, Максим повторяет) «Что такое карма» Давайте сделаем вид, что я вам не показываю слайд для подсказок, вы сами это вспоминаете (смеются).

Структура АСИ 5

5.1 Что такое Абхидхарма

5.2 Что такое карма

5.3 Виды поступков и что их мотивирует

5.4 Какие результаты мы получаем от разных видов кармы

5.5 Как мы создаем карму, где она остается и как она переносится

5.6 Связь между кармой и пустотой

5.7 Белые и черные поступки + путь кармы

5.8 Хранилище ментальных семян + проецирующая и завершающая энергия

5.9 Мгновенные проступки

5.10 Что делает плохие поступки серьезнее, а хорошие -- мощнее

Но добавляйте, что вы помните. Что такое карма, во-первых? Какое определение, кто помнит? *(звучит ответ в зале)* Любое движение ума. Что еще помните со второго занятия? *(смеется)* «Не создавать плохую карму,» – говорит Инна. Помните, мастер Васубандху утверждает, что все миры происходят из кармы. И мы, помните, проходили, чем они не созданы, эти миры. Кто помнит, что там было? Владимир помнит. *(Владимир что-то отвечает)* Какой вопрос? *(снова что-то отвечает)* У вас вопрос ко мне? У меня к вам? Да, мой вопрос: что мы проходили, чем *не* создавался этот мир? Большой взрыв – не. Создатель какой-то, да? *(качает головой)* Не клеится. И третий еще помните? Первобытная энергия какая-то, не изменяющаяся. Супер, это был второй урок.

Третий урок. Что там у вас написано? Что проходили? *(зал отвечает)* Виды поступков, помните, добродетель, недобродетель. И нейтральная карма, с которой долго разбирались. Десять этических принципов проходили.

Хорошо, четвертый урок. Что помните? *(зал отвечает)* Результаты от разных видов семян. Виды объектов, вот это «особый объект». Да, высшая форма жизни. Супер, супер. Четыре цветка кто помнит? Четыре способа, как может раскрываться карма. Что помните? *(показывает на пальцах)* У меня, в окружении, привычка – второе и четвертое? Следующая жизнь, большое событие какое-то. Супер.

Пятый урок про что был? *(зал отвечает)* Где хранится, как создается. Помните, что я показывал? Бакчаки вот эти. Что мы там в конце спросили, раздали деньги за последний вопрос в конце урока? Почему нужно помогать другим, мы спрашивали. Потому что другие, это и есть я. Мое сознание растягивается и выглядит так, что они снаружи, но это все еще мое сознание.

Шестой урок – уже эти выходные поехали. Да, помните там про этих шесть этапов сансары? Как нам вырваться из сансары, какой ключ? Для того, чтобы увидеть пустоту

напрямую, что надо? Курсы АСИ учить надо, изучать пустоту и карму. И сценку еще показывали, помните? Как стакан жидкости видит три разных существа. (*пьет воду из стакана*) Ваше здоровье! (*чокаются стаканами с переводчицей, смеются*)

Это был шестой урок. Седьмой урок вчера: черная, белая карма. И путь кармы. Из чего там состоит, какие четыре части? (*комментирует ответ из зала*) Это последний, первый и последний. Ши, сампа, джёрва, тхар тхук. Четыре шага, напомните мне, как мы говорим «четыре шага»? Первое – что? Определить, что хочешь. В полном кармическом пути они в другом порядке, если вы заметили. То есть первое у нас обычно цель в четырех шагах. Хочу миллион долларов. Второе: нахожу кармического партнера, кто хочет того же. Есть кто-то, кто хочет миллион долларов? Кроме Владимира. Владимир сказал «достаточно». Владимир, вы точно йог. Владимир думает: «Миллион долларов – геморрой, перед австрийской налоговой отчитываться, откуда я их взял. Мне никто не поверит все равно. Скажет, я мошенник, сами себе оставляют. Придут внуки, скажут: «Дедушка, мы слышали, ты миллион долларов получил. Мы поняли, что мы с тобой мало времени проводили очень последнее время. Хотим исправиться. И кстати, тут машины ж можно недорого в Австрии купить. Может, купишь нам, дедушка?»

Это был седьмой: белые, черные поступки, кармический путь. Восьмой урок, вчера вечером был. Про проецирующую, завершающую у многих не склеилось, по-моему, еще надо думать. И обсуждали что? Вредные советы. Что сделать? Потерять коренную эту добродетель.

Супер. Девятый урок, это было сегодня. Вас спросят, чему вас учили на этом уроке в курсе АСИ 5? Вы им скажете что? (*загибает пальцы*) Первое – убийству матери нас учили, убийству отца (*смеется*). Причем эти пять, они называются «мгновенные проступки», мы будем много раз еще их касаться.

И десятый – сегодня о чем говорили? Полезные советы, как быстрее стать самым любимым налогоплательщиком в Австрии. Буквально выходишь на улицу, видишь, как парень или девушка штрафы выписывают на автомобильной парковке. Подходишь и говоришь: «Вообще-то это я тебе зарплату плачу, ты знаешь?» (*смеется*) Или едет машина, убирает на улице, вы ее тормозите (*свистит*). «Да я тебе зарплату тут плачу, ты знаешь?» То есть мы обсуждали, как стать супер богатым. Много полезных советов. На прошлом уроке были вредные советы. Пять мгновенных проступков, а на этом – полезные по богатству.

Ира, расскажешь, какой у нас вообще дальше план? Для тех, кто настроен 18 курсов закончить.

Ирина Джабали. А можно нам обратно теперь презентацию последнюю? Чтобы Слава там не уснул, мы ему новые задачки подбрасываем. Открой первую презентацию, последнюю теперь открой. Пока Слава открывает презентацию, я хочу вам рассказать, как успешно сдать этот курс. И привести на живом примере. Вон там сидит сзади галерка. Они очень бодро отвечают на все вопросы. Вы заметили? При этом они не провели вчерашние дни, на прошлые, прошлые выходные тут. Когда вы курс заканчивали? Год назад. Год и два года назад. И что-то как-то у них там отложилось. В чем ваш секрет?

Зал. Помогаем друг другу проходить эти курсы.

Ирина Джабали. Помогают друг другу. Кармические партнеры. Четыре шага. Как же вы помогаете? Наверное, вы вместе делаете домашки? (*смеется*) И наверное, ходите на разборы, да?

Зал. Нет, разборы домашних заданий помогают.

Ирина Джабали. К чему я клоню? Мы вам провели два викенда десять лекций. Передали все, что сами знали. Постарались сжать все в эти краткие уроки. Больше информации вы найдете на платформе. На русском языке или на украинском языке, на котором желаете. Захотите на немецком, можно на немецком, захотите на английском, можно даже на английском. Там на платформе есть заметки. Там будут все наши презентации, которые мы вам показывали. Там будет также чтение. Чтение с комментариями. То есть благодаря этим дополнительным материалам, вы сможете лучше понять то, что мы здесь изучали. Можно делать с компьютера, можно делать с мобильного телефона. Можно делать на сайте IT-платформы, можно скачать приложение отдельное.

● Прохождение курса



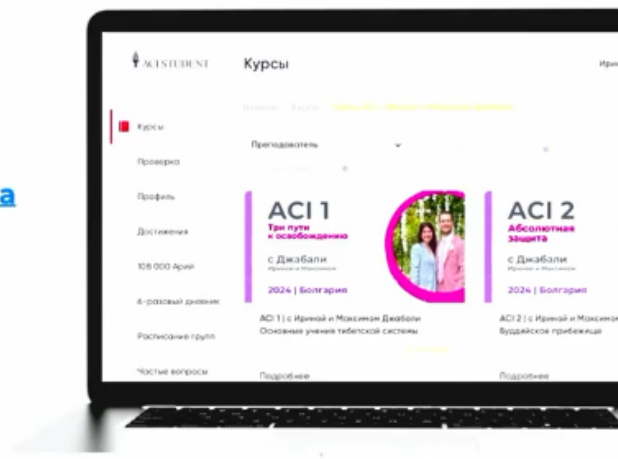
На русском:

https://ru.acistudent.com/courses/max_and_irra

На украинском:

<https://ua.acistudent.com/courses/dzhabali>

(удобно даже с телефона
+ есть мобильное приложение)



Как вам удобно. Самое сложное там только зарегистрироваться. Когда уже зарегистрировались один раз, – всё! *(голос из зала)* Вот вам Оля потом, если будут проблемы, Оля вам расскажет, как за один клик вообще все сделать. Значит, когда вы все материалы получили, пожалуйста, сходите на эту платформу, сделайте эти домашки. Я видела, вы пишете все эти вопросики в свои тетрадки. Перенесите на платформу. Если вы суперсильно не

● Прохождение курса



Telegram Канал и Чат курса:

Анонсы, ссылки на трансляции, общение участников

**Вживую
и онлайн**

Прямая передача
знаний. 10 лекций



**ACI STUDENT
Платформа**

Записи лекций
Материалы для чтения
ДЗ и КР
Доп. материалы



Группы совместного
разбора домашек Онлайн
с тренерами АКМ (по
желанию)



**ACI STUDENT
Платформа**

Фин. экзамен
Перекр. проверка

Сертификат о прохождении курса

любите печатать что-то там на компьютере, нет у вас компьютера, найдите себе кармического партнера. У нас вообще очень классное сообщество, я уверена, что вы спокойно можете человека найти, который под

вашу диктовку даже туда писать будет. Потому что кто-то тоже хочет посеять семена для своих курсов. Плюс, когда вы возвращаетесь к материалу, вы его реально лучше запоминаете, что-то новое открывается для вас. А там дальше уже все легко. Домашку сделали, контрошку,

● Группа совместного прохождения **ОНЛАЙН**



- ✓ с куратором
- ✓ 1 раз в неделю в Zoom
- ✓ стартуем с 13.10, в чате онлайн

Сдадим курс в этом году!

аналитички, экзамен, перекрестная проверка, у вас есть сертификат. Без 18 сертификатов мы не сможем вас взять в следующие 18 курсов. Будет обидно, что вы тут ходили все время, а сертификатов нет. Пока все в памяти свежо, просто подавайте, пожалуйста. Чтобы это было легче сделать, мы все-таки запустим группу совместного прохождения домашних онлайн. Чтобы и те, кто вживую, и те, кто онлайнеры могли вместе онлайн собраться и еще раз вместе проговорить какие-то вопросы непонятные, домашку еще раз вспомнить.

Так реально лучше материал усваивается. Это классно, когда есть возможность с кем-то об этом поговорить. Так мы будем встречаться раз в неделю в зуме. Мы слышали, что вы хотите после этого контента, после этих выходных недельку отдохнуть. Недельку отдыхаем. И через понедельник, как бы, не на этой неделе начинаем, а через неделю в какой-то из дней регулярно в одно и то же время договоримся с вами, будем начинать. Добро? В середине октября стартуем группу совместного прохождения. Если так методично идти, в этом году как раз закончите курс, в следующем году сразу на АСИ 6. И приглашаем вас на АСИ 6! В начале следующего года АСИ 6 «Сутра алмазного огранщика». Вживую в Вене и онлайн. Зарегистрироваться можно по той же ссылке, что на АСИ 5.

АСИ 6 Сутра Алмазного Огранщика

Январь-февраль 2026
Вена и онлайн

<https://aci-dzhabali.carrrd.co>



Пожалуйста, регистрируйтесь заранее. И еще на АСИ 6 мы решили немного поэкспериментировать. Мы подумали, что мы, наконец-то, выглядит так, что будем в Вене в начале следующего года. Ну, то есть не будем особо никуда туда-сюда ездить, надеемся. И мы подумали, что прикольно поэкспериментировать и сделать один урок в неделю. И вот так вот в течение двух с половиной месяцев постепенно пройти сразу с домашками весь курс. Скажите мне, значком или так, или так, что вы об этом думаете. А вы не будете проходить, вы можете не говорить (*смеется*). Так, Владимир, вы что думаете?

Зал (Владимир). Я думаю, хорошо, но мало раз в неделю.

Ирина Джабали. «Хорошо, но мало раз в неделю» – мне нравится ваш подход! (*смеется*) Раз в неделю занятие и раз в неделю группа совместного прохождения. Так, тут вроде все поддержали. Галия, вы как? Надо подумать, да? Хорошо, скажете нам потом. Те, кто онлайн, пожалуйста, тоже нам напишите, потому что для нас это экспериментальный формат, но мы подумали, что так легче вам будет проходить курс, усваивать курс. Нам показалось, что классная идея, но вы нам напишите, что вы думаете об этом. Добро?

Иди сюда (*зовет Макса*). Или в будни вечером, или в субботу утром. Ну, в общем, расписание еще ближе к делу в составим. Вот, в принципе, вся основная информация, которую я хотела рассказать. Максим, у нас осталось время на вопросы? Чуть-чуть. Ура!

Максим Джабали. Спасибо, Ваня, спасибо за перевод. Вопросы не будем переводить.

Зал. У меня есть вопрос. В продолжение нашего разговора сегодня о щедрости и о том, из чего исходить, там, только получил зарплату и сразу, в первую очередь, на донейшн, – это понятно. Как-то я у Майкла Роуча слышал фразу о том, что если вы оказались в финансовой яме, в минус, либо в долгах, и если вы в этом положении, как бы, в финансовой яме, не будете делать донейшн, то у вас вообще там будет вопрос, сможете ли вы оттуда выбраться. И вот у меня вопрос следующий. Когда человек попадает в эту финансовую яму, у него возникает страх нехватки денег и вообще в принципе нехватки денег. Не только страх, а вообще нехватка полная, долги, давление эмоциональное. То каким образом ему, ну, как легче было бы это делать? С какой мудростью именно в этот момент, потому что это очень, как бы, долговой вопрос – он важный для всех. Какое должно быть намерение, понимание пустоты поступка, чтобы выбраться, легче в этой ситуации давать деньги? Я сталкивался со многими друзьями, которые в этот момент именно закрываются и не готовы отдавать вообще, они об этом даже не слышат, о щедрости. А вот что должно у них такое клацнуть, что они говорят: окей, да, мне очень больно, у меня нет денег, у меня долги, у меня эмоциональное давление финансовое, но я легко это могу сделать – отдать. Спасибо.

Максим Джабали. Спасибо, Слава. Хороший вопрос. То есть как выбираться из долгов, из сложной финансовой ситуации, когда ты знаешь, что щедрость – причина богатства, но щедрить сложно, когда денег нет (*смеется*). Это хороший вопрос, да, я тоже это слышал, как Геше Майкл говорит, и это логично. Вот в чем дело. То, что приводит нас к плохой финансовой ситуации – это недостаток щедрости и карма воровства, неуважения чужой собственности, которой у всех у нас, к сожалению, немало накоплено. Особенно благодаря тому, из каких стран, потому что у нас вот такие страны, такая культура, вот так все устроено. И самое главное здесь – это то, что нужно просто понимать, что единственное, что может тебе помочь выбраться из финансово сложной ситуации – это и есть твоя щедрость и уважение чужой собственности. И если ты этого не будешь делать, то да, это будет не просто яма, а это может просто «пике» быть, из которого ты не выберешься. То, что помогает, на мой взгляд, людям вообще, которые оказались в этой

ситуации, то, что помогает выбраться из нее, это понимание того, что тебе нужно предпринимать какие-то действия, что-то тебе делать нужно, ты не можешь просто продолжать ничего не делать и ожидать, что вдруг поменяется ситуация. И поэтому, когда ты делишься в сложной финансовой ситуации, даешь даже меньше денег, чем ты даешь в хорошей финансовой ситуации, но это сеет гораздо более сильные семена, чем когда у тебя куча денег, и ты кому-то дал из своей кучи денег чуть-чуть. Когда у тебя почти нет денег, или у тебя их практически нет, и ты даешь 10 центов, я не знаю, 1 евро, это более сильные семена, я утверждаю, чем когда у тебя куча денег, и ты даешь 100 евро или 1000 евро. Просто потому, что у тебя их и так нет особо. Но я бы рекомендовал не останавливаться, не замыкаться, потому что когда да, люди замыкаются и вообще перестают щедрить и делиться, тогда это часто может превратиться в «пике», а не просто в яму, из которой можно выйти на новый уровень. Спасибо, Слава. Еще есть, ребята, вопросы у кого-то?

Ирина Джабали. В онлайне там еще вопросы были, или ты ответил?

Максим Джабали. Нет, не отвечал. Можно личные вопросы задавать, можно по АСИ курсам, можно из третьей категории неназванной. Слав, есть онлайн-вопросы? У Лены есть вопросы.

Зал (Лена). Что мудрее: давать из стыда перед собой, перед другим или не давать?

Максим Джабали. Спасибо, Лен. Я очень люблю такие вопросы. Что лучше? Я женат, мне лучше переспать с женщиной, которая замужем или которая не замужем? Что мне лучше: своровать два «Сникерса» или три «Баунти»? Что лучше мне...

Ирина Джабали. Хватит над Леной издеваться.

Максим Джабали. Я не издеваюсь. Что мне лучше: не сортировать пластик или не сортировать картон? В общем, Лен, лучше сортировать пластик, сортировать картон, лучше ни «Сникерса», ни «Марса» не красть.

Ирина Джабали. Не спать ни с теми, ни с другими.

Максим Джабали. Спать только со своим партнером (*смеются*). Без алмазных сделок. Лучше давать столько, сколько ты можешь, чуть-чуть больше, может быть, капельку больше, для того, чтобы была растяжка и посвящать это тому, чтобы у всех живых существ было финансовое процветание. Спасибо. Слава что-то спрашивает?

Зал (Слава). В продолжение вопроса, простите, с кем заниматься сексом, если у человека нет партнера? То есть можно ли использовать случайные связи на дискотеке, к примеру, или что-то подобного типа?

Максим Джабали. Слав, а ты задался вопросом, уже интересуешься, да?

Да, чему я научился АСИ: убийство матери, убийство отца, Архата? (*смеется*) Слава спрашивает, что делать, если у меня нет партнера. Так, а в чем вопрос, считается ли это плохой кармой, или что?

Зал (Слава). Да, с кем допустимо.

Максим Джабали. С кем допустимо?

Зал (Слава). Нормально, допустимо, если нет намерения создавать семью...

Максим Джабали. Супер!

Ирина Джабали. Слава, не удивляйся, если сейчас тебе начнут в личку писать девушки (смеются).

Максим Джабали. Слава для друга спрашивает! (смеются) У него знакомый есть. Слав, во-первых, я еще раз озвучу вопрос: если человек не состоит в отношениях, может ли он вступать в сексуальную связь с другими людьми, которые не состоят в отношениях? То есть, например, есть молодой человек, ему понравилась какая-то девушка, они не собираются жениться, внуков заводить, просто хорошо провести время. Слава, это не считается плохими семенами. Секс по обоюдному согласию, где твой друг не в отношениях (Ира смеется), и где те девушки, с которыми он встречается, тоже не находятся в отношениях, ничего плохого здесь нет, если по обоюдному согласию.

Зал (Слава). Давайте пойдем глубже (смеются).

Максим Джабали. Дайте микрофон Славе.

Ирина Джабали. Мне нравится в этом контексте «давайте пойдем глубже» (смеется).

Максим Джабали. Слава для друга, продолжай! (смеются)

Зал (Слава). Что, если девушка не сказала, что она состоит в отношениях?

Максим Джабали. Плохо (смеются).

Зал (Слава). Ну, честно, а если не сказала, как узнать? Если она не сказала на первом свидании, на втором, на третьем, на пятом, на десятом, на двадцатом, и вдруг, через какое-то время, через год, человек узнает, в смысле ты в отношениях? Тогда что? Для того человека, кому не сказали.

Максим Джабали. Да, Слав, надо спрашивать. Другу скажи, пусть спрашивает.

Зал (Слава). А если спросил, а она говорит «я свободна».

Максим Джабали. Проверить можно еще как-нибудь. Я не говорю паранойю включать. Но много кто может сказать, что он не в отношениях. Когда люди на сайтах знакомства знакомятся, как бы они предполагаются все не в отношениях там. Но очевидно, там есть люди, которые находятся в отношениях. Надо проверить, пообщаться с человеком, выяснить. Не знаю, использовать адекватные просто средства. Ты, не знаю, спрашиваешь человека: ты в отношениях или нет? Нет. Ну, то есть понятно, что если у человека незагорелое здесь... (показывает безымянный палец)

Ирина Джабали. Где кольцо, кстати? (смеются)

Максим Джабали. Если у человека тут полоска незагорелая (показывает на безымянном пальце на место обручального кольца), ну, наверное, что он носит обручальное кольцо. Слав, ну, это очевидный ответ, да? Надо постараться узнать. Это правда, что бывают такие случаи. Я, к сожалению, про такие истории знаю. Когда ты встречаешься с человеком, спустя год, ты вроде все узнавал, а через год у него, оказывается, семья есть. В таком случае человек, твой друг, накопит плохие семена, но они будут гораздо менее сильные, чем если бы он сознательно... Ну, то есть, опять же, у тебя не было ни намерения, у тебя не было даже завершающей кармы весь этот год. Ты только узнал, что у человека есть партнерство, он уже женат или замужем в случае твоего друга, девушки. Все, ты как бы отношения прерываешь. Но надо постараться выяснить, это ответственность твоего друга.

Зал (Слава). И потом этому другу надо делать антитоды, когда он узнал?

Максим Джабали. Если он узнал, да, надо делать antidotes. Капитально. Друг «попал».

Зал (Слава). То есть реально он был слепой и вдруг прозрел, а карма уже накоплена за год.

Максим Джабали. Накоплена, просто она не такая сильная будет. Потому что у тебя не было намерения, ты же не хотел, друг твой не хотел спать с девушкой, которая состоит в отношениях. Друг старался все выяснить, постарался разобраться, его ввели в заблуждение. То, что его ввели в заблуждение, это результат того, что он вводил в заблуждение людей раньше.

Зал (Слава). Таким образом может взойти просто его карма честности.

Максим Джабали. Да, плохая карма, да, всходит так. Да, четыре силы нужно делать и вообще в таких случаях я бы твоему другу рекомендовал реально выяснить, постараться расследовать вопрос. Зайти в инстаграм, полистать, где там этот человек что публикует. Желательно, если...

Зал (Слава). А если нет инстаграма, нет вообще социальных сетей, родственников и друзей никого нет, есть просто девушка (смеется).

Максим Джабали. Частный детектив, все дела. Я шучу, но, ребят, здесь есть, как бы, мы взрослые люди, вы сами знаете истории, когда девушки или парни, они говорят «я не в отношениях», а потом оказывается, что они в отношениях. Наверное, такие истории вы слышали, фильмы смотрят все как минимум. Поэтому да, надо просто выяснить посерьезнее этот вопрос.

Зал (Слава). И у меня тогда последний вопрос.

Максим Джабали. Про друга, да.

Зал (Слава). Почему, какие семена заставляют эту девушку или этого парня лгать своему партнеру о том, что... и вести двойную жизнь? Что побуждает, неужели это просто что, страсть, инстинкт, мне просто интересно, семена?

Максим Джабали. Спасибо, Слав. Это хороший вопрос. То, что побуждает эту девушку, с которой твой друг, допустим, имел отношения, а оказалось, что она встречается и состоит в отношениях, – это не семена девушки. Это семена друга, которые заставляют окружающих его людей обманывать. Если бы у него были другие семена, тогда его люди бы не обманывали.

Зал (Слава). То есть это способ взойти карме честности?

Максим Джабали. Да. Но она не зависит от девушки, она зависит всегда от смотрящего, от наблюдающего. Из нас происходит мир.

Зал (Слава). Это какая-то подобная ложь?

Максим Джабали. Не обязательно, любая ложь.

Зал (Слава). То есть это одна из разновидностей способов?

Максим Джабали. Да, вот как угодно могут взойти семена. Да, к сожалению.

Зал (Слава). Спасибо.

Зал. А можно еще вопрос?

Максим Джабали. Про Славиного друга! (смеются)

Зал. Про Славиного друга. Мне интересно, приведите пример антидота поведения, чтобы понять, что такое антидот, ну вот как это можно применить и какой выход.

Максим Джабали. Спасибо. Значит, Славин друг встрял в историю, где он встречался с девушкой, которая оказалась, вроде как была не в отношениях, обманула, а оказалась в отношениях. Двое детей у нее, там, все пироги. Что будет антидотом? Во-первых, надо в то же мгновение эти отношения заканчивать, то есть нет никакого варианта: она подумает, уйдет. Нет, конец, все. Это первое. Второе... то есть не надо это продолжать, самое главное – не надо продолжать. Второе, антидотом было бы, если здесь семена лжи и неуважение чужих отношений. Это два типа, комбо, комбинированная карма, поэтому будет антидот по лжи – говорить правду. Может быть, я не зна, этот человек что-то утаивал от кого-то, может, рассказать пришла пора. Может быть, это стараться в течение какого-то времени, я не знаю, неделю быть супер честным, сидеть дома, уйти в ретрит на месяц, быть месяц супер честным в молчаливом ретрите, никому ничего не говорить. И по уважению отношений – поддерживать какую-то пару, у которой есть сложности. Например, не знаю, к примеру, у меня есть товарищ, у которого есть сложности в семье, вот для меня созвониться с ним, сказать: «Слушай, друг, не надо тебе с женой разводиться, ребенка бросать вашего общего, давай попробуем какие-то альтернативные методы. Давай семян подсею, я не знаю, просто поговорим. Ты же понимаешь, что тебе не факт, что следующая женщина будет лучше у тебя с ней семья, чем с твоей женой текущей». То есть постараться сохранить свою семью – хороший антидот. Вообще быть супер внимательным по этому принципу – тоже хороший антидот.

Я слышал, что некоторые люди, когда они встречаются в какие-то серьезные ситуации, они берут на какое-то время обещание воздержания от сексуальной активности для того, чтобы реально постараться очистить эти семена. Это может быть неделя или месяц, я не знаю, что-то в этом роде. Вот это пример антидотов, которые можно было бы применить к Славиному другу.

Ирина Джабали. Я также хочу добавить, есть некоторые универсальные антидоты, которые можно применять к самым разным проступкам, и при этом они очень хорошие и действенные. Один из таких примеров — это изучать пустоту. Даже, например... Бывают разные уровни сложности проступка нашего, и понятное дело, что мы пытаемся перекрыть соответствующим антидотом. Одно дело, не знаю, год спать с партнером чужим, а другое дело, ну не знаю, кому-то, не знаю, чуть-чуть приврать, один разок неточность какую-то дать. То есть это ощущается как совсем разные вещи, правда? И когда мы выбираем антидот, хорошо соразмерный антидот к проступку выбрать. Так вот, даже... это я все клоню к домашкам курса и прохождению курса (*улыбается*)... но я правда не шучу. Вы можете брать прохождение домашки как антидот, вы можете брать аналитичку сделать к этому курсу как антидот к какому-то проступку, чтение прочитать как антидот к какому-то проступку. Если это какой-то более серьезный проступок, ну возьмите прям целый курс завершить до какого-то времени, пропишите себе выполнимый дедлайн. И вы таким образом реально можете это брать как антидот к проступкам, потому что ну ничто не лечит так хорошо от каких-то таких себе залетных дел, как изучение пустоты. Может быть на первых курсах это сложно оценить, но вы реально оцените это попозже.

Максим Джабали. Да, это правда мощная балансирующая карма. Спасибо, ребят, у нас время (*аплодисменты*). Спасибо большое, что пришли, что поучаствовали в этом курсе чудесном. Давайте посвятим свою добродетель от этого курса тому, чтобы все живые существа освободились от страданий, причин страданий. Все живые существа обрели счастье, причины для счастья. Все живые существа соединились с бесконечным блаженством. И все живые

существа избавились от невежественной симпатии, невежественной антипатии, невежества самого по себе. Спасибо, увидимся с вами на АСИ 6 (*аплодисменты*).

Ведущая Ольга Фильянова (*дарит цветы*). Дорогие наши учителя, большое спасибо вам за ваше учение. Оставайтесь с нами. Мы честно будем делать все домашки (*смеются*).

Максим Джабали. Спасибо.

Ольга Фильянова. Да, преподайте нам АСИ 6. Мы придем на АСИ 6 за сертификатами. Придем? (*обращается к залу*) Успеем до начала? Да, и до 18-го.

Максим Джабали. Ура. Спасибо, Оль, за организацию. Спасибо большое за твою работу (*аплодисменты*). Спасибо всем волонтерам, спонсорам, техкоманде, переводчикам, тренерам АКМ, кто проводил медитации, йоги, кто занятия проводил. Спасибо всем участникам и всем, кто поспособствовал организации этого курса. Без вас это было бы невозможно. Спасибо (*аплодисменты*).