

**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.*

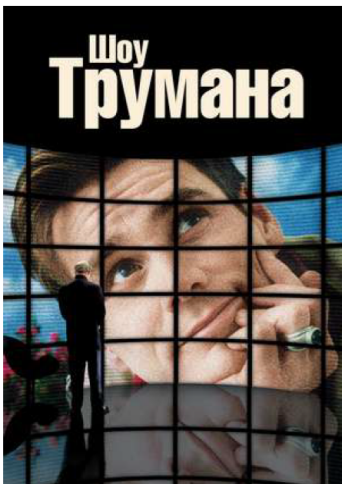
Екатерина Третьякова. Всем привет. Это мой первый опыт преподавания с переводом, поэтому мне пришлось сократить все, что я хотела сказать, в два раза (*Смеется*), но тем не менее, я очень постараюсь, чтобы это было интересно и, главное, с самым важным контентом этого занятия. Перед тем, как приступить 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

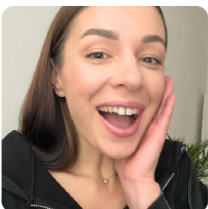
Екатерина Третьякова. Ножки, ручки? Да, это наше тело, не только ножки-ручки, но также и голова, хорошо, что есть (*смеется*). Это то, действительно, с чем мы пришли сюда в эту жизнь, – наш интеллект, наше тело – это то, что нами было создано в прошлых жизнях. И это важно понять еще потому, что в нашей 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.

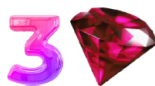
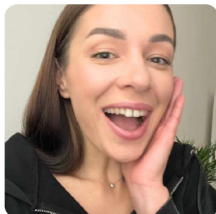
Во-первых, у меня появилась стабильная, хорошая возможность оплачивать абсолютно все счета. А во-вторых, этих писем стало меньше. Магия! Я серьезно, сейчас я с радостью открываю, думаю, так, ну где я там могу пощедить, – а там только журналы. Но я нахожу другие способы проявить щедрость. И эта история 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

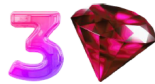
❀ 4 типа поступков, что точно созреют в будущий опыт

(согласно Абхидхарме)

1. С сильной эмоцией



2. По отношению к сильным объектам



3. Совершены неоднократно

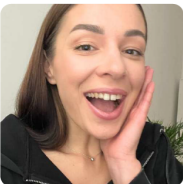


несмотря на то, что даже было признание менеджерам. Он снова рассказал мне, когда я его прижала к стенке. Но суть в том, когда я у него спрашиваю: «Марк, почему ты это сделал, мы же уже все выяснили», - он говорит: «Я не знаю, но мне просто вот захотелось, я ничего не мог сделать с этим». И я думаю, 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.

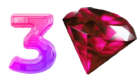
❀ 4 типа поступков, что точно созреют в будущий опыт

(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 ACI с 2019 года, она завершила уже 18 курсов, прошла 3 тренинга для преподавателя ACI, 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 засеивали раньше. То есть аналогичный вред: если мы кому-то ввали, то врут 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 засеиваем 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 засеять 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.