

**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 VI

Сутра Алмазного огранщика

Стенограмма к занятию 5. Карма и пустота.

Преподаватели: Максим и Ирина Джабали

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

Ирина Джабали. Всем привет! Добро пожаловать на АСИ-6 занятие 5. Мы рады вас видеть снова в эту субботу. Я не знаю, что мы будем делать в следующую субботу, когда этот курс закончится. Нам надо срочно придумывать новые планы, Максим.

Я хочу начать это занятие немножко по-новому. С веселья хотите? Мне для этого нужны ваши руки. И ваши плечи. Но это не танец маленьких утят, это по-другому будет. Это будет викторина от Ирины. Значит, у меня есть вопросы. Двенадцать вопросов. И я буду говорить варианты ответов. Если согласны, показывайте палец вверх. Если не согласны, палец вниз. Если не знаете, можете пожимать плечами. Онлайнеры тоже могут. Зарядочку утром сделать. Хорошо. Кто задает вопросы в сутре Алмазного огранщика?

(1) Щенок (палец вниз). (2) Шарипутра (палец вниз). (3) Дхармакирти (палец вниз). (4) Мастер Асанга. (палец вниз). Мастера Асанга нет. (5) Субхути? (палец вверх) Ее.

Второй вопрос: Почему Субхути вообще может задавать эти вопросы? *(1) Он самый смелый. (2) Он самый умный. (3) Он просто мимо проходил и оказался рядом. (4) Он эманация мудрости. Он эманация мудрости. (палец вверх) Да. Помните, мы говорили, что он эманация Манджушри? Манджушри.*

Следующий вопрос: Почему в названии сутра используется именно алмаз?

(1) Потому что сутра очень дорогая. (2) Потому что лучшие друзья девушек — это бриллианты. Катя согласна. (смех) (3) Потому что алмаз — это любимая драгоценность Будды. (4) Потому что алмаз — это метафора пустоты. (палец вверх) Юху.

Следующий вопрос: Будда предсказал, что его учения, дхарма, когда-нибудь исчезнут. Что это доказывает? Что доказывает это? *(1) Мистер Шакьямуни был пессимистом. Нет. (2) Нам надо срочно скупать все книги. (3) Непостоянство (палец вверх). Митакпа. Митакпа — по-тибетски непостоянство. Как по-немецки, я не знаю. Сейчас тебе твоя коллега-переводчица подскажет. Unbeständigkeit. Хорошо.*

Сколько тел или частей у Будды? *(1) Одно, но очень спортивное. (2) Два. (3) Три. Все воздержались. Посмотрите на них. (4) Четыре. Так, я прокомментирую. То, что четыре, вы правы. Но также и три. Потому что можно на три части Будду поделить. И также два. То есть и два, и три, и четыре. Можно так сказать, что все эти варианты верны.*

Какие тела есть у Будды? Первое. Внимание. (1) Самбукакая. (смех) Да, потому что самбхогакая. (2) Тело для работы и тело для удовольствия. Нету такого (палец вниз). (3) Тело страданий. (палец вниз) Нету такого. У него только тело удовольствия.

Что такое тело сущности, таковости? Так, помогай, переводчица. Тело сущности как по-немецки?

Максим Джабали. Тело пустоты.

Ирина Джабали. Тело пустоты. (4) Самое сияющее тело. Нет (палец вниз). (5) Скрытое пятое тело. (палец вниз) Нет. (5) Пустота трех остальных тел (палец вверх). Да.

Теперь. Если раздражающий человек в метро - это эманация Будды, что надо делать? (1) Надо немедленно поклониться. (2) Это проверка кармы. А че не проверка? Очень даже хорошая проверка (палец вверх). (3) Все зависит от моих семян. (палец вверх) Хорошо. Так, какие-то вопросы пропустим.

Давайте, три экстраординарных тренировки, помните? (1) Спортзал, дыхание, холодный душ. (палец вниз) Нет. Нравственность, концентрация, мудрость (палец вверх).

Последний вопрос. Самый быстрый способ достичь всех своих целей в жизни... (1) Отобрать у другого (палец вниз). (2) Успешно выйти замуж. Катя кивает да. (смех) (3) Стать мастером понимания пустоты (пальцы вверх). Хорошо.



Сегодня у нас на занятии произойдет немножко такое расширение сознания. Посмотрим, есть ли у нас семинар презентаций. Дорогой, а мы можем включить сразу нужный слайд? Это 80-ый, мне кажется, или около того. А я вам пока расскажу. Там в сообщении у меня было написано. Я вам расскажу главную тему сегодняшнего урока.

Сегодня мы будем говорить о том, что понимание пустоты трех сфер при совершении наших добрых дел помогает нам получить намного больше классных результатов. Также мы будем говорить про три порядка систем мира. Мы немножко неожиданно подойдем к шести совершенствам. Мы поговорим о том, что, собственно, делает совершенство совершенством. И поговорим о механизме так называемой восходящей спирали.

● В этом занятии

- ✓ 3 порядка систем мира
- ✓ 6 Совершенств
- ✓ Пустота трёх сфер
- ✓ Что делает совершенство совершенством
- ✓ Механизм «Восходящей спирали»

Напомните, пожалуйста, что такое бодхичитта. Кто помнит?

Зал. Это намерение привести всех живых существ к просветлению.

Ирина Джабали. Намерение привести всех живых существ к просветлению. А себя?

Зал. А, это же достичь просветления, мое собственное желание достичь просветления во благо всех живых существ.

Ирина Джабали. Это желание достичь просветления во благо всех живых существ. Верно. Кто такой бодхисаттва? Помните? Как максимально кратко описать, кто такой бодхисаттва?

Зал. Быть счастливым или иметь желание стать просветленным, да?

Ирина Джабали. Быть счастливым – это про состояние, а бодхисаттва – это кто? Человек, это человек.

Зал. Бодхисаттва – это человек, который стремится к просветлению.

Ирина Джабали. Верно. Можно сказать, это человек, у которого есть бодхичитта. Помните, мы говорили, бодхисаттва. Саттва – это воин. Воин, у которого есть вот эта бодхичитта. Давайте сегодня поговорим о деятельности, о, вообще, поле деятельности, о масштабах деятельности бодхисаттвы. Допустим, вы устроились на работу бодхисаттвой. Может, еще не устроились, но пришли выяснить, собственно, какие у вас должностные инструкции на работе. Где ограничивается ваша ответственность к бодхисаттве? Какие идеи? Надо рэббулчиком вас или кофеинчиком качать. Вы какие-то сегодня сонненькие, как я прям сегодня утром была. Ну как думаете, где зона ответственности к бодхисаттве?

Зал. Все происходит из меня. В моем намерении.

Ирина Джабали. Все происходит из меня, это правда. А, собственно, о ней мне надо заботиться, как бодхисаттве, или нет?

Зал. Привести себя к этому состоянию.

Ирина Джабали. Привести себя определенно к этому состоянию, да.

Зал. Во благо всех живых существ.

Ирина Джабали. И во благо всех живых существ, да, согласна. Понимаете, когда мы говорим “во благо всех живых существ”, не звучит ли вам это как-то так, слишком абстрактно, что ли?

Зал. Звучит, конечно.

Ирина Джабали. Звучит, конечно, да.

Зал. ...Мы можем сделать что-то конкретное, какое-то небольшое действие и этим....

Ирина Джабали. Так, подождите, подождите. Значит, тут тезис есть, что мы не можем всех привести к счастью. Если они все из нас, то почему? Че это вдруг мы не можем их привести к счастью? Не надо преуменьшать свои способности. Но я хочу наоборот расширить вот это вот понятие всех, как-то его немного конкретизировать.

Зал. Мы можем запустить цепочку.

Ирина Джабали. Конкретизировать - сделать более конкретно, уточнить. Все живые существа, это вообще сколько? Как думаете? Ну, навскидку.

Зал. Это очень много.

Ирина Джабали. Число, да.

Зал. Миллиарды.

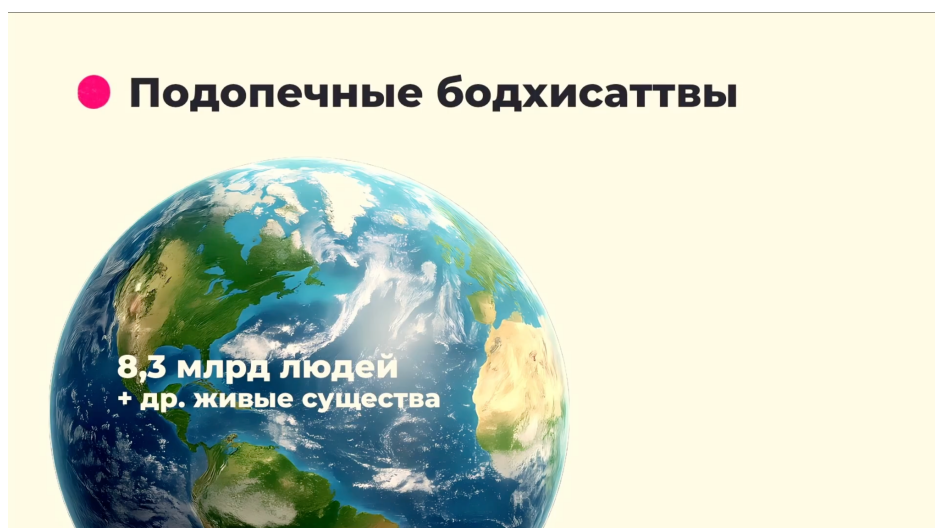
Ирина Джабали. Миллиард, да (кивает).

Зал. Трллиарды.

Ирина Джабали. Это реально очень много. Я пыталась у себя как-то в голове понять, а вот очень много это, вот сколько в числах?

Зал. Ну если людей, население, 8 миллиардов на земле. А плюс еще букашки, червячки, все это.

Ирина Джабали. Сейчас я повторю в микрофон. Мне нравится ход вашей мысли. Если несколько, сколько, 8 миллиардов людей, а сколько жучков и червячков, совершенно верно. На планете Земля 8,3 миллиарда людей живет, по последним данным из интернета.



Я решила погуглить, в интернете нашла, что на одного каждого человека приходится, в общем, практически миллиард или больше насекомых. Еще на планете Земля живет 8 миллиардов видов животных. И это мы говорим только про планету Земля. На, когда, в ноябре? В ноябре этого года мы будем с вами проходить ASI-8. Вообще, потрясающий курс. О мировоззрении, очень много всего там интересного. Как планеты появляются, как исчезают и так далее. И про галактики там тоже будет.

И вот в **домашке номер 1**, наверное, на первой домашке есть вопрос, который связан с этим. Про **три порядка систем мира**. Вот представьте, нашу Землю умноженную на тысячу. И это будет первый уровень. **Первичная система мира**. Вам не очень со мной видно слайд, да? Вы, в общем-то, как-нибудь огляньте меня своим взглядом.

Галактика, состоящая из тысячи населенных планет, это первичная система мира. Умножим на тысячу, получим миллион планет. **Это система мира второго уровня**. Умножим, теперь вторую, еще на тысячу. Получим миллиард. Это третий уровень. **Система мира третьего уровня**. Миллиард населенных планет. Уже ощущаете масштаб работы? В нашем контексте мистер Будда, он упоминает эти три порядка систем мира немного в другом контексте.



Это приводит нас к домашнему занятию номер два. Будда как бы хитро спрашивает у Субхути. Он говорит, Субхути, ну вот допустим, если бы кто-то наполнил все эти планеты, весь миллиард семью видами самых драгоценных веществ. Семи. Дальше он перечисляет эти семи видов, это в чтении потом найдете. Там всякие, малиновый жемчуг и все такое. Лазурит, ляпис они называют это. И вот, допустим, кто-то наполнит столько же по объему вот этих драгоценностей и кому-то другому преподнесет. Создаст ли это кто-то, кто это сделает, величество, множество заслуг, горы заслуг? Как думаете, создаст он много заслуг, горы заслуг благодаря этому даянию? Ну да, а че нет, много драгоценностей кому-то преподнес, ну хорошо, хорошо. Субхути говорит да, много подношений создаст, много хорошего. Но есть нюанс.

Зал. Смотря как он это делает.

Ирина Джабали. Эти же самые великие горы заслуг являются великими горами заслуг, которые никогда не могли бы существовать. Как говорит Максим Джабали,

опять 25. Переводи, они, да, это большие горы заслуг, но они не могли бы существовать. Напомните, когда мы говорим вот эту вот фразу не существует, что мы еще должны ментально подразумевать дальше?

Зал. Само по себе.

Ирина Джабали. Еее! Само по себе, спасибо. И этот отрывок, он на самом деле здесь приведен, чтобы продемонстрировать несколько идей. Если мы представим себе нашу жизнь в формате нашей длинной спагеттины. И вот этот момент прямо сейчас, мы сейчас где-то в этой спагеттине находимся. Так вот, прошлая карма. Где она на этой спагетти не находится? Это же прошлая карма. Она сделана в прошлом. А тот будущий результат где находится? В будущем. То есть одно уже произошло, мы карму посеяли, а тот результат, который мы хотим, он еще не наступил, он в будущем. Это часть ответа на вопрос номер два.

Зал. Извините, а можно так сказать, что то, где мы сейчас, это результат нашей прошлой кармы. И точно так же, как сейчас, мы строим будущее свое. Будущее свое из того, как мы это видим, планируем, что ...

Ирина Джабали. В данном контексте все еще, когда мы находимся в моменте сейчас. Например, в прошлой неделе Оксане мы подарили, две недели назад, 20 евро. Когда было совершено само действие?

Зал. Две недели назад.

Ирина Джабали. Две недели назад. Вот это действие. Можем ли мы сказать, что оно есть в этом моменте, прямо сейчас, сегодня? Нет, оно прошло. Надеюсь, понятнее теперь объяснила. Как бы, это уже прошло, а результат наступит в будущем. Я еще, не раскрыла мои семена, я еще не получила благодаря этому, может быть, премию какую-нибудь. Видела очень смешной рилс. *(смех)* Ладно, потом расскажу на перемене. Так вот, они не существуют в настоящем, но при этом мы не можем сказать, что они совсем не существуют. Поэтому они в какой-то мере как бы вне времени существуют. Карма, совершенная в прошлом, приведет к результату в будущем. То есть и причина, и результат они существуют, просто не одновременно в настоящем.

И я также хочу здесь затронуть тему, к которой мы по мере АСІ курсов будем периодически возвращаться. Мы говорили уже об этом на АСІ, мне кажется, 4 или 5, когда о материальной причине говорили, помните? Когда мы садим семечко яблони, в будущем когда-то мы получим яблочное дерево. Есть ли яблоня уже, как только мы посадили семечко? Вот мы сейчас посадили, садим семечко, есть ли уже яблони? Нету еще яблони. Это семечко яблони, это же не яблоня. Если бы уже было яблони, можно было бы уже ничего не садить, никакое семечко. Когда у нас уже есть шикарная яблоня, плодоносящая, есть ли у нас семечко?

Зал. Есть.

Ирина Джабали. А где? Нет-нет, то семечко, которое мы садили.

Зал. А, нет. А новое семечко есть?

Ирина Джабали. Ну, это новое, это уже другие семечки, то которое мы садили нету. То есть они не существуют все равно одновременно. Одно заканчивается, второе начинается. Причина и результат не могут существовать одновременно, поэтому нам

это важно помнить, когда мы садим какие-то семена, нам придется чуть-чуть подождать. Я человек нетерпеливый, мы пытаемся открыть дхарма-центр тут в Вене. Я как шальная сажу эти семена. Уже почти они раскрылись, в виде красивого театра, по театру, нам, кстати, отказали. Я такая в этом моменте, прям, тужусь, ну давай, давай, ну что еще сделать, что еще, хочу прямо сейчас, сейчас хочу этот дхарма-центр. Вот я же уже прям сейчас помогаю в Одессе дхарма-центру, давайте, мне надо срочно помещение. Нет, между причиной и результатом есть время, они не существуют одновременно.



Зачем вас так грузить? Потому что мир не существует так, как мы об этом думали раньше. Причина и результат никогда не существовали одновременно. И точно так же со временем, время тоже пусто. Мы для себя его как-то обозначаем, что есть прошлое, настоящее и будущее. Делим на какие-то отрезки, но время пусто.

Почему мы об этом вообще говорим? В **домашнем задании 2** есть утверждение: Прошлая карма и ее будущие последствия не существуют. В каком смысле? Не существуют в настоящем моменте времени, вот что имеется в виду. А в каком смысле они должны существовать? Это то, что карма, совершенная в прошлом, приводит к будущему кармическому результату. И это все еще навязано нам нашей прошлой кармой. То есть все еще из наших проекций. Кстати, еще один интересный момент. Говорится, что преподавать, вот возвращаясь к этим горам заслуг, говорится, что правильно преподавать даже одну строфу дхармы. Да, правильным образом, с правильной мотивацией - это еще большая добродетель, чем вот эти все горы заслуг от большого количества драгоценностей. Класс? Мне кажется, это очень мотивирующе звучит. Я чувствую себя сразу успешным инвестором. Хорошо.

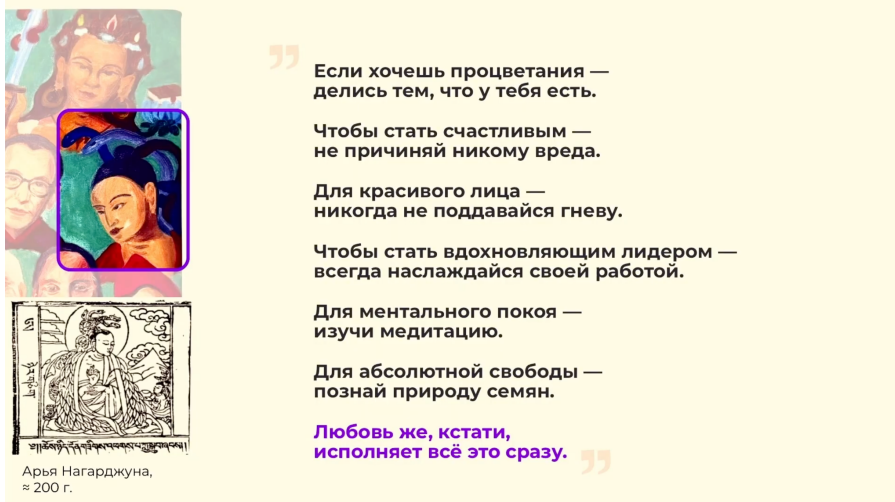
Домашка 3. Уже не новая тема для нас. Шесть совершенств. Но я расскажу по-новому в этот раз. Знаете, кто это там нарисован? Знаете, да, потому что я подписала. (смех) Совершенно верно. Ладно, да. Есть очень красивая цитата Арьи Нагарджуны. Что знаете об этом персонаже чудесном? Может, что-то помните? Мне кажется, мы его не особо встречали раньше на курсах, но вдруг там на Ламриме где-то что-то слышали. Слышали? Давайте чисто на логике выедем.

Зал. Это имеет какую-то причастность к 6 совершенствам.

Ирина Джабали. Отлично! Какая-то причастность к шести совершенствам. Если он Арья...

Зал. Видел пустоту напрямую

Ирина Джабали. Видел пустоту напрямую. Вы его можете видеть на изображениях с змеями на голове. Вот этот вот фрагмент, это фрагмент картины Марии Мёртл. Видите, у него, мне кажется, три или сколько змей на голове. И вот у него есть очень красивый стих, цитата относительно шести совершенств. Давайте я вам буду говорить строки, а вы будете говорить, о каком совершенстве идет речь. Я вам скажу строки, а вы скажите, о каком совершенстве идет речь. Первая. Если хочешь процветания, делись тем, что у тебя есть. Это **(1) совершенство даяния**, верно. Это совершенство даяния, верно. По-тибетски джинпа.



” Если хочешь процветания —
делись тем, что у тебя есть.

Чтобы стать счастливым —
не причиняй никому вреда.

Для красивого лица —
никогда не поддавайся гневу.

Чтобы стать вдохновляющим лидером —
всегда наслаждайся своей работой.

Для ментального покоя —
изучи медитацию.

Для абсолютной свободы —
познай природу семян.

Любовь же, кстати,
исполняет всё это сразу. ”

Арья Нагарджуна,
≈ 200 г.

Второе. Чтобы стать счастливым, не причиняй никому вреда. **(2) Совершенство нравственности**, этические принципы. Совершенство нравственности по-тибетски цултрим. Нам важно быть аккуратными и не вредить даже одному живому существу. Если мы хотим быть счастливыми. Если хотите быть несчастными, можете делать, что хотите. Если хотите быть несчастными, можете делать, что хотите.

Теперь. На зло всем косметологам и брендам кремов для лица. На зло всем косметологам и брендам кремов для лица. И кремов для лица. И кремов для лица. Просто тебе мало лет еще. Для красивого лица никогда не поддавайтесь гневу.

Зал. Совершенство терпения.

Ирина Джабали. Да, не позволяйте себе злиться. **(3) Совершенство терпения.** Не гневаться, даже когда пришло время гневаться. По-тибетски супа. Мне даже нравится как это звучит. Супа. Как дела у тебя? Супа! Злиться не буду!

Чтобы стать вдохновляющим лидером. Если кому-то не надо управлять командой или быть вдохновляющим лидером, как сделать так, чтобы жена или муж были послушными? Всегда наслаждайтесь своей работой. И это **(4) совершенство радостного сердца**. По-тибетски цундру. Ощущать радость от совершения добродетели. Не просто сделали хорошее дело, кому-то миллиард планет драгоценностей поднесли, такие с кислым лицом. Тут уже, раз сделаем хорошее дело, ну давайте хоть как-то радоваться этому. Ну че зря делать это?

Теперь. Для ментального покоя. Догадываетесь?

Зал. Концентрация.

Ирина Джабали. Да, изучи медитацию. **(5) Совершенство медитативной концентрации.** Самтен.

И последнее. Для абсолютной свободы познай природу семян. Да, то есть ищите понимание семян. И это **(6) совершенство мудрости.** Помните, как мудрость по-тибетски? Мне сразу вспомнилось сейчас слово еще, но в данном контексте это шераб.

И теперь в конце очень красивое завершение. Такой панч-лайн. А если вы хотите вообще-то всего и сразу, то любовь исполняет все это сразу. Вот так-то. Я вам оставляю на слайде все совершенства с тибетским.

ACI 1.10, 5.8, 6.3

LP 2.2.3

6 Совершенств

ཧྱིན་པ། jinpa	1. Совершенство Даяния	
ཚུལ་ཁྱིམ་པ། tsultrim	2. Совершенство Нравственности	Этический образ жизни
བརྗེད་པ། supa	3. Совершенство Терпения	Не злиться, когда пришло время злиться
བརྩོན་འགྲུས། tsundru	4. Совершенство Радостного Усердия	Радоваться, делая хорошие вещи
བསམས་གཏན་འཇགས། samten	5. Совершенство Концентрации	
ཤེས་རབ། sherab	6. Совершенство Мудрости	

Мы сейчас переходим к перерыву. Кстати, помните, какое основное сообщение, какая ключевая идея сегодняшнего занятия? Что понимание пустоты трех сфер во время совершения хороших поступков помогает нам получить гораздо большие результаты. Что понимание пустоты трех сфер во время совершения хороших поступков помогает нам получить гораздо большие результаты. Об этом расскажет Максим после перерыва. Спасибо нашей переводчице. *(аплодисменты)* До свидания.

Максим Джабали. Окей. Так, напомним, какие у нас там шесть совершенств? Даяние, нравственности, терпение, радостное усилие, концентрация, мудрость. Супер. Сейчас мы перейдем к теме, которая, на мой взгляд, одна из самых важных в 18-ти курсах ACI. Она для меня в ТОП-10 находится. Есть вещи, которые ты изучил, прикольно, но это то, что нам следует практиковать ежедневно, с утра до вечера. И это не просто практиковать, вы закончите 18 курсов, вы пойдете дальше, дай бог, в секретные учения, все еще вам нужно это практиковать. И эта тема называется «Пустота трех сфер». Мы вкратце об этом говорили на прошлом занятии.

И мы пройдем ее на примере всех шести совершенств. Да, и это **четвертый вопрос ДЗ**. Что там написано, Ярина, хочет прочитать?

Зал. Назовите и объясните три элемента акта даяния, и что значит «не видеть их». Изучающие тибетский дают ответ на тибетском.

Максим Джабали. Вспоминаем, на прошлой неделе Оксана получила 20 евро, она нас вроде онлайн смотрит. Оксан, мы тебе привет передаем, надеемся ты их потратила на правильные дела. Не всякие тут в автоматах не покупала зеленые штучки,

которые продаются. Напомните, какие три у нас были элемента, сначала даже не пустота, какие три элемента вообще вот этого всего процесса были?

Зал. Субъект, объект и то, что дают.

Максим Джабали. Субъект, объект и то, что дают, или называют восприятие. И так, и так можно. Но я вам, лично из моего опыта, лучше об этом думать как о восприятии. Так легче будет потом с остальными совершенствами, потому что не всегда есть деньги, которые вы даете. Итак, какой у нас субъект, когда я давал Оксане 20 евро, какой у нас был субъект? По-русски просто нормально скажите, что значит субъект, кто это или что это?

Зал. Человек.

Максим Джабали. Человек, дающий. Объект?

Зал. Принимающий.

Максим Джабали. Принимающий, то есть по отношению к кому действие происходит. И восприятие.

Зал. Того, что я даю деньги, в данном случае.

Максим Джабали. Мое восприятие того, что вообще сейчас происходит. Да, что я даю, например, 20 евро. Теперь давайте поговорим о пустоте этих трех. Что означает пустота меня, как дающего Оксане 20 евро? Что это значит? Да, но что это означает? Еще раз, это вещь, о которой нам по-хорошему надо думать целый день. Мы сейчас это разбираем подробно, потому что это не один раз вы пройдете, написали домашку, забыли, все, к этому не возвращайтесь. Постоянно нам, как бодхисаттвам, следует об этом думать.

Зал. Что это не происходит само по себе, что это происходит из меня.

Максим Джабали. Верно. Я не существую сам по себе, я происхожу из своих семян, даже мое восприятие себя. Почему это так важно? Почему важно думать об этой пустоте? Как вы думаете?

Зал. Ну потому что это создает это совершенство.

Максим Джабали. Верно, это первая причина, это то, что делает совершенство совершенством. Но есть долгосрочная цель.

Зал. Не привязываться.

Максим Джабали. Неплохо. Не привязываться к тому, кем я есть сейчас. Зачем? Почему нам важно не привязываться?

Зал. Чтобы стать счастливым, чтобы в будущем исполнялись желания.

Максим Джабали. Неплохо, чтобы мы могли стать в будущем счастливыми. Главная у нас идея курса. Смотрю на Иру, потому что мы с Ирой друг друга контролируем, чтобы мы ее повторяли, главную идею курса и урока. А я буду контролировать вас. Какая у нас главная идея курса?

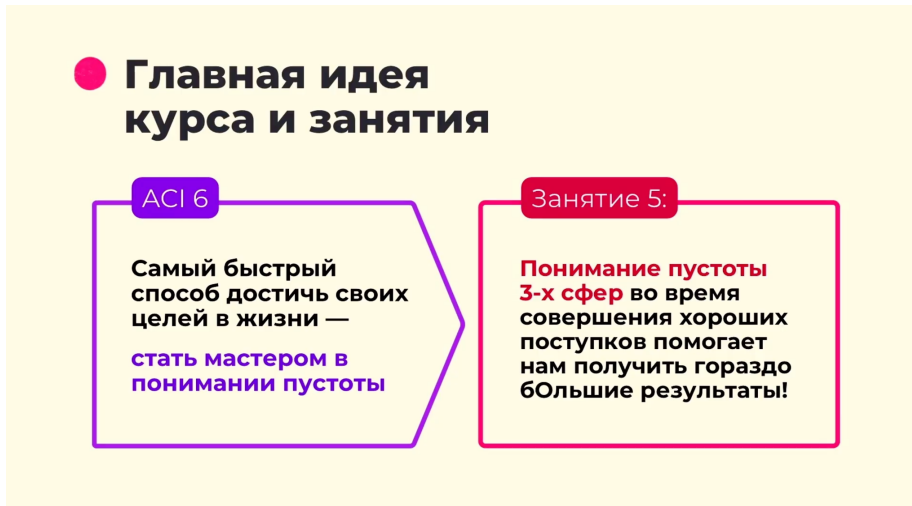
Зал. Благодаря знанию трех сфер...

Максим Джабали. Это урока. Курса?

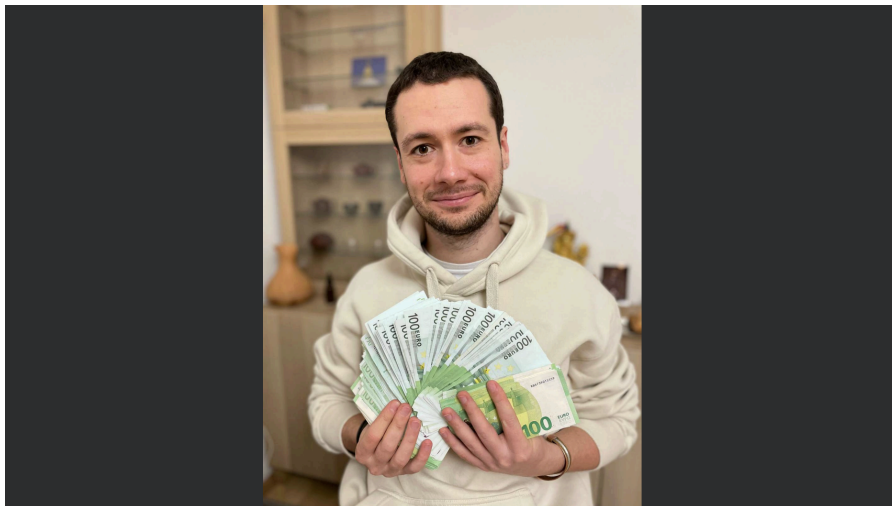
Зал. Самый быстрый способ достичь своих целей в жизни - стать мастером понимания пустоты.

Максим Джабали. И урока? Главная идея урока?

Зал. Понимание пустоты трех сфер... достичь самых явных результатов, самых ярких результатов.



Максим Джабали. Понимание пустоты 3-х сфер во время совершения хороших поступков помогает нам получить гораздо большие результаты. И мы с вами сейчас говорим про пустоту даяния, дающего. Ира вам рассказала про эти причины, результаты, которые не соприкасаются. И мы сейчас говорим про то, почему важно понимать пустоту себя как дающего. И Людмила совершенно верно сказала, что это связано с тем, что я могу стать абсолютно счастливым человеком в будущем.



Вся причина, зачем нам нужно вообще делиться вещами, которые у нас есть. Мы хотим что-то изменить, правда, в своей жизни? Сегодня суббота, прекрасный день, в Вене потепление. Вам, я уверен, всем есть чем заняться. Ира уже забронировала завтра, чтобы мы поехали на хайкинг в горы. Сегодня мы бы тоже этим занялись, если бы не курсы АСИ-6. Но! Мне так не нравится с Ирой составлять финансовый бюджет на год, обсуждать, где мы должны экономить деньги. Я это (показывает жест “по горло уже”). Я это не люблю делать. Если бы был вариант этого не делать, я бы не делал.

Поэтому мне нужно делиться. Вот этот Макс, который должен составлять эти бюджеты, обсуждать с женой, а может быть эту подписку нам отменить, на что-нибудь, а эту добавить. Считать, сколько Ира тратит на ногти, маникюр, педикюр, волосы.

Ирина Джабали. Зачем тебе это считать вообще? (смех)

Максим Джабали. Я не хочу этим заниматься вообще никогда. Я хочу жить в мире, где у всех столько денег, что их вообще считать даже не надо. Слышали выражение кислородные деньги? Это Геше Ла придумала этот термин. Это кислородные деньги называется. Сколько кислорода сейчас в комнате?

Зал. Вся комната заполнена.

Максим Джабали. Вся комната. Вам хватает? Нормально? Вы составляете бюджет со своим партнером: так, нам надо кислорода в этом году вот столько-то, чтобы не закончился. Боже, сколько ты кислорода на ногти потратил. (смех) У нас всегда достаточно. Никто еще не начал задыхаться, и вряд ли у вас в жизни вообще это было. Кстати, интересный факт: Когда нам не хватает, такое ощущение, что нам не хватает воздуха, это не из-за того, что кислорода недостаточно, это из-за того, что повышается CO_2 в воздухе. У Иры есть, был, до того, как я на него кока-колу не вылил, датчик CO_2 . Вот почему немцы, австрийцы, они так повернуты на проветриваниях всех. Из-за CO_2 , повышается CO_2 , углекислый газ.

Так вот, возвращаемся. Я хочу это изменить. Мне надоело быть человеком, который считает, сколько моя жена тратит на маникюр, педикюр. Не хочу я этого делать, все. Это картинка меня, который считает, сколько жена тратит на маникюр, педикюр. Мне это не нравится. Мне не нравится это делать. Я бы предпочел этим никогда в жизни не заниматься. Хорошая новость. Я не обязан это делать. Всю свою жизнь не обязан. Я хочу это изменить. Хочу делиться с другими людьми таким образом, чтобы увидеть себя преуспевающим заплатить все налоги в Австрии. НДС, на прибыль, НДС со входящих платежей. Это были корпоративные налоги. Личные налоги, SVOS, пенсионный фонд, то есть, медицинская страховка, страховка по безработице, налоги сверху этого, и мне все равно хватает. Сколько кислорода у нас в комнате сейчас? Достаточно, всем достаточно. Никто его не считает. Хочу, чтобы с деньгами тоже так было.

Тот факт, что я не обязан быть человеком, которому нужно считать бюджет и означает пустоту меня как дающего. Однажды я стану Буддой. И вы тоже, если вы еще нет. У меня будет столько денег! Это вот все! Даже до того, как на самом деле ты Буддой становишься, уже когда ты становишься Арией, ты можешь превращать металл в золото. На более высоких формах медитации вы слышали, мы рассказывали, можешь эманировать кофе себе на стол. Если я стану Буддой, на более высоких формах медитации можно эманировать кофе себе. Если у меня будет достаточно хороших семян, я увижу себя триллионером. Илон Маск будет звонить: Макс, можешь до зарплаты мне, пожалуйста, одолжить 2 миллиарда? Хочу еще компанию купить. **Тот факт, что я могу стать кем угодно и есть пустота дающего.**

Второе. Объект. Кому мы даем? Я Оксане 20 евро на прошлой неделе дала. Кто такая Оксана?

Зал. Субъект?

Максим Джабали. Нет, субъект я. Объект - Оксана. Что вы знаете об Оксане? Привет, Оксана, надеюсь, у тебя уши краснеют. Что вы знаете?

Зал. Получила 20 евро.

Максим Джабали. Получила 20 евро. Интересные факты об Оксане. Сейчас перемою ей косточки. Что еще знаем?

Зал. У нее есть такие кармические зерна, что ей дали 20 евро.

Максим Джабали. Да, у нее есть семена получить 20 евро, но это про 20 евро поговорили. Оксана, видишь, у тебя вот такая репутация только. Получила сертификат по ASI-5 и по ASI-4. Что мы еще знаем?

Зал. Работу создала.

Максим Джабали. По 4 шагам работу создала (*загибает пальцы*).

Зал. Радостный человек.

Максим Джабали. Радостный человек.

Зал. Очень хорошо понимает.

Максим Джабали. Понимает материалы. Хорошо, супер. Вот я этой Оксане дал 20 евро. Хорошие это семена?

Зал. Хорошие.

Максим Джабали. Важный вопрос. Оксана, обычный человек или она ангел? Будда?

Зал. Конечно ангел.

Максим Джабали. Откуда вы знаете? Я лично не знаю. Я не умею читать мысли людей. Оксана может быть кем угодно на самом деле. Супер! Тот факт, что то, кем я ее сейчас вижу происходит из моих семян. Были бы у меня другие семена, я не знаю, Оксана бы тут в воздухе может быть летала. Сейчас бы она как хоп (*щелчок пальцами*) и вот здесь материализовалась. И вот такая в позе лотоса светится, в воздухе здесь, на сцене вот тут за мной. Если бы у меня были семена для этого.

Смотрите, я же не вижу так, но я понимаю, что так может быть. Это и есть пустота Оксаны. Я ее вижу человеком, который, например, две недели назад пришел на занятия, сейчас не пришел, но онлайн слушает, из-за своих семян, каких-то определенных. В вашем раю Будды вы будете 20 евро давать кому? Другим Буддам. Я пока не знаю, Оксана Будда, не Будда. Но я знаю, что она пуста. То есть, то, кем я ее вижу, происходит из моих семян. Вот так Оксана не существует (*на себя рукой машет*). Из меня, из моих семян (*от себя рукой машет*). Это пустота объекта, принимающего.

Теперь пустота ситуации. Я даю Оксане 20 евро. Я это вижу как какое действие, хорошее или плохое?

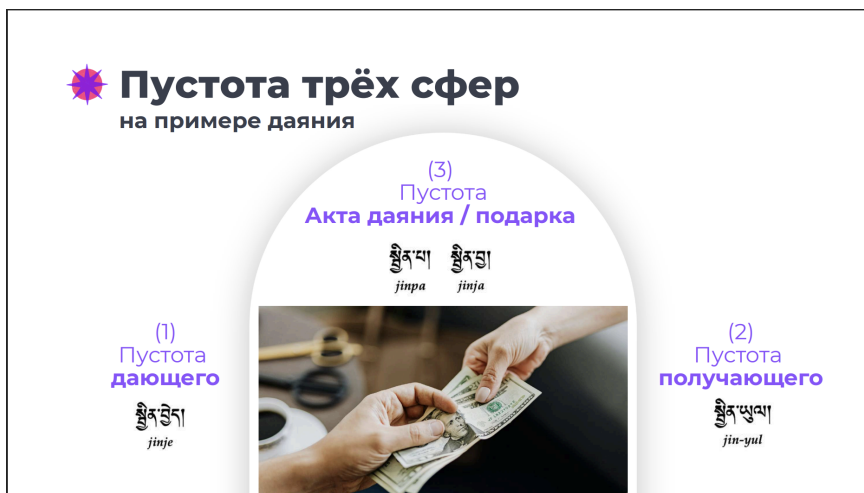
Зал. Хорошее.

Максим Джабали. Хорошее. Всегда ли, когда мы даем деньги, это хорошее дело? Например?

Зал. Платить налоги.

Максим Джабали. Например, налоги. Хорошая эта. Мы с Ирой составляем бюджет, там есть сколько мы налогов должны заплатить. Я думаю, да Бог ты мой, сколько можно уже денег из меня сдирать? Австрия, подумайте о малом бизнесе вообще. Как вообще можно тут малый бизнес делать, и чтобы ты с голода не умер? Тоже действие, тоже я деньги даю, там не 20 евро. К сожалению или к счастью, кто знает. Какие я семена сею, когда я жадничаю налоги платить? Семена до конца своих дней считать сколько жена тратит на маникюр, педикюр, составлять бюджет этот годовой, который я терпеть не могу, финансовую таблицу свою вести вообще ненавижу (смех). Только если я понимаю пустоту этого действия, я могу понять, что мне нужно менять эти семена. Нужно менять. Хочу не 20 евро давать, хочу 2 миллиона евро давать за правильные ответы. Ярина, поддерживаешь? Кто знает, может быть у нас бы тут в комнату все не поместились желающие, я думаю, да, на АСИ приходите? Это пустота вот этих трех элементов.

Я думаю, что мы сейчас не успеем обсудить остальные совершенства пустоту, но я попросил Олю, чтобы мы в группах мудрости это сделали. Катя сегодня ведет группу мудрости? С Олей мы скрипт составляем. Всех шести совершенств пустоту.



Теперь резюмирую то, что вы можете себе в ответы написать на этот вопрос. Что такое пустота дающего? **Тот факт, что человек, который дает пуст от любого самосуществования.** От любого самосуществования, от собственной природы.

Второе. Получающий. Оксана 20 евро получила. Что такое пустота Оксаны? Нет, давайте еще раз. Начинается там с факта. **Факт, что этот человек, который получает подарок, что он, какой?**

Зал. Не существует сам по себе.

Максим Джабали. Не существует сам по себе. Третье. Ситуация. То есть восприятие. **Тот факт, что вся эта ситуация, когда я что-то даю.** Какая она? **Не существует сама по себе.** Супер. И вы в ответах тут найдёте, что иногда это ситуация, а иногда это объект. В разных писаниях по-разному. Иногда говорится, что вот это третье, это то, что мы даем, например, 20 евро, а иногда вся ситуация, мое восприятие.

Моя вам рекомендация про ситуацию думать, не про объект. Потому что затем в совершенстве нравственности, где там объект, что мы даем, где там 20 евро? Не понятно. Там есть ситуация. То есть, я, например, который радуюсь, что здесь есть туалет для инвалидов. То есть там где 20 евро? Нет там 20 евро. Но все еще там есть субъект - я, объект. Какой? Туалет для инвалидов. То есть тут два туалета, один из них для инвалидов. Супер, класс. Третье - сама ситуация, мое восприятие, что я радуюсь, что Австрия это очень инклюзивная страна. То есть тут для разных меньшинств всегда найдется место и им люди рады. В моей Австрии, в моей Вене. Не знаю, где кто живет. Но тут для людей с инвалидностью очень много Австрия, Вена делают, чтобы им удобно здесь было жить. Подъезжает автобус, он наклоняется, у него одна сторона, чтобы туда человек мог заехать на коляске. В Киеве, где я вырос. *(кивает головой)* Не хочу ничего конкретного говорить, но не всегда так есть.

Зал. Это вы говорите о совершенстве радостного усердия?

Максим Джабали. Нет, это нравственность. Я не делал никакого действия прямо здесь, просто порадовался. Радость чужим успехам. Я радуюсь за Вену, за эту Австрию, потому что они заботятся о людях с ограниченными возможностями. Меня это очень радует. Мы встречались с Джоном Брэди, директором ALL, в его отеле, где он останавливался. Джон Брэди, который на «Сутру сердца» приезжает. Я вам рекомендую туда пойти. И там есть туалет: мужской, женский и третий, который, для тех, кто не бинарная персона. То есть, ну он не определяет себя, как мужчину или женщину. Вне зависимости от того, как кто к этому относится, меня радует, что есть люди, которые в меньшинстве находятся и здесь для них есть место, им здесь рады, в Вене. Я потому что тоже меньшинство. Я рассказываю про пустоту трех сфер и никто меня тут не караулит, не хочет мне лицо побить, за то, что я, не знаю, не так думаю, как другие. И меня, меня это радует. Вот это мое восприятие. Это про нравственность. Радость чужим успехам.

Теперь мы чуть-чуть ускоримся, потому что мы еще на пару вопрос хотели ответить сегодня. Пятый вопрос. Объясните, почему Будда сказал, что совершенства, которые выполняются без мудрости, не заслуживают называться «совершенствами». Что там про эклеры было? *(смех)* Я шучу, шучу. Там такое слово я слышал *erklären* и я говорю, что про эклеры там. Шутку, которую надо объяснять, говорят, не смешная шутка.

Итак, Ира подготовила чудесный слайд. В чем отличие совершенства от просто хороших семян когда мы сеем?

Зал. Думать о том, что все пусто, все 3.

Максим Джабали. Пустота трех сфер. Когда мы думаем о пустоте трех сфер, с мудростью выполняем, тогда это совершенство. А если просто даем 20 евро и не думаем об этом? Тогда это просто хорошие семена. Они все еще приведут к деньгам. Но к чему они не приведут? За 20 евро. Я хочу конкретный ответ.

Зал. К счастью, радости? Получению денег?

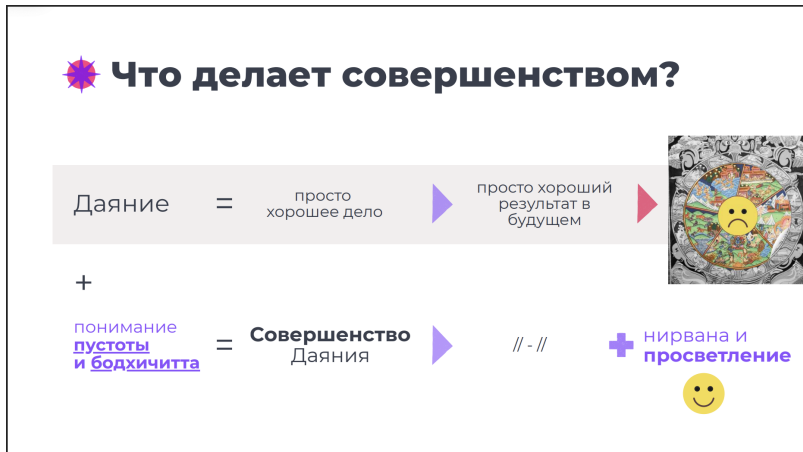
Максим Джабали. Они приведут к получению денег, даже без понимания пустоты.

Зал. Накоплению.

Максим Джабали. Какому?

Зал. Накоплению заслуг, которое создаёт карму стать просветленным существом.

Максим Джабали. 20 евро! Молодец, Ярина. (аплодисменты) У Оли заберешь.



Это АСИ-1, и мы это повторяли. Что действие, которое совершается с пониманием пустоты, приводит к накоплению заслуг, к тому, что создает тело Будды - Рупакая. В общем, это то, что нам нужно с вами делать каждый день. Вот о чем речь. Нужно вспоминать о пустоте трех сфер, когда мы что-то делаем.



И тут есть нюанс в этом вопросе, что также говорится о том, что у вас должна быть бодхичитта. То есть в своем ответе вы можете написать, что **с технической точки зрения**, тут написано, **хорошее дело становится совершенством, когда мы его выполняем с мотивацией бодхичитты**. Хорошее дело становится совершенством, когда у нас есть мотивация бодхичитты.

Однако, действия, которые мы выполняем без мудрости, то есть без понимания трех сфер, тут говорится, что они **подобны действиям слепого и не заслуживают называться совершенствами**. Мораль какая басни этой?

Зал. Делать все с мудростью.

Максим Джабали. И? (показывает два пальца)

Зал. И с намерением бодхичитты.

Максим Джабали. И с бодхичиттой. Что такое бодхичитта?

Зал. Желание прийти к просветлению во благо всех живых существ.

Максим Джабали. Супер! Желание достичь просветления для блага всех живых существ.

Последний вопрос, **номер 6.** Как первые пять совершенств и последние выступают причинами друг друга? То есть в чем тут подвох? Есть теория, что мы эти совершенства по очереди учимся делать. Если ты учишься давать, делиться, что для меня фокус многих лет, но я еще не дошел до понимания пустоты, до мудрости, до шестого совершенства. Как же я могу понимать пустоту трех сфер, если это шестое совершенство, а я на первом? Как понять, как я могу думать о пустоте, если я еще ее не стал хорошо понимать?

И тут Ира подобрала очень классное изображение этой восходящей спирали. И суть в том, что для того, **чтобы понимать пустоту, нам нужно очень много хороших семян сеять, очень много. И тогда наше понимание пустоты будет возрастать. Это возрастающее понимание пустоты будет нас побуждать еще больше делать хороших дел.** Это и есть то, что вам в ответ надо записать. Они действуют как взаимная поддержка.



И вот этого не спрашивают, этого нет в правильных ответах, но я бы хотел, чтобы у вас это было. Как связаны эти совершенства друг с другом? Это не то, что вам в домашку надо писать. Когда я начинаю делиться тем, что у меня есть. Даю другим людям деньги или Ира, по-моему, приготовила что-то интересное на сегодняшний перерыв. Я это вчера почти съел, но Ира у меня не дала все съесть. Заботилась о вас. Вот это, когда я делюсь тем, что у меня есть. Каким человеком я становлюсь по мере того, как я все больше и больше делюсь вещами?

Зал. Щедрым, мудрым.

Максим Джабали. Щедрым, еще. Можно сказать мудрым. Еще? В общем смысле. Та хороший образ жизни просто. Можно сказать нравственным. Более нравственным. То есть совершенство даяния ведет к совершенству нравственности. Я стал более нравственным. Начинаю 10 этических принципов. Не 1 этических принципов, 10 этических принципов соблюдать. Что? Я стараюсь не злиться на людей, в том числе. Это часть нравственности. Это приводит меня... Погоди. Третье пока.

Зал. Терпение.

Максим Джабали. Совершенство терпения. Что значит совершенство терпения? Очень простое определение есть. Не злиться, когда пришло время злиться.

Я еду на дороге, на машине. Знаете, как они в Австрии тут любят? Типа становится машина посреди такой маленькой улочки, начинает разгружаться, там человек ходит, разгружается, что людей высаживает. А сигналить нельзя в Вене. На въезде в Вену стоят знаки сигнал запрещен. Kein Signal. Nicht. Нельзя сигналить. Я сижу и практикую совершенство терпения. Это приводит меня к тому, что когда я сталкиваюсь с какими-то проблемами, пока я пытаюсь помогать другим людям, я не расстраиваюсь, а даже... радуюсь, когда стараюсь делать другие дела. Это совершенство какое?

Зал. Четвертое.

Максим Джабали. Четвертое. Как называется? Радостное усилие. Это четвертое. Мне нужно для того, чтобы поддерживать это состояние, что?

Зал. Концентрироваться.

Максим Джабали. Концентрироваться. Легко отвлечься, начать ссориться с кем-то. Поэтому радостное усилие ведет к совершенству концентрации. Чем больше я способен концентрироваться, тем лучше. Когда Катя рассказывает про это четвертое пространство, пустоту, я не мысленно начинаю думать: Так, в перерыве, я там видел холодильник, напитки нам сказали бесплатные, входят в аренду. Так, а еще Ира приготовила вот этот десерт, который я уже продегустировал вчера. Какой ложкой я его буду есть чайной или сразу столовой. А я фокусируюсь на четвертом пространстве, когда Катя рассказывает про то, как на нем фокусироваться. И это совершенство мудрости.

Итак, какая там главная тема нашего курса? Чтобы исполнить все свои желания, надо стать мастером понимания пустоты.

Зал. Для того, чтобы исполнить все свои желания - надо стать мастером понимания пустоты.

Максим Джабали. Супер! Для того, чтобы исполнить свои желания - надо стать мастером понимания пустоты. И главная идея урока?

Зал. Понимание пустоты для получения большего результата.

Максим Джабали. Что понимание пустоты трех сфер во время совершения хороших поступков помогает нам получить гораздо более хорошие, большие результаты. Мы поговорили сегодня про эти тысячи тысяч планет, про шесть совершенств, про пустоту трех сфер. Что делает совершенство совершенством, и вот про эту восходящую спираль (*показывает и свистит*).

● Итого, что прошли

- ✓ 3 порядка систем мира
- ✓ 6 Совершенств
- ✓ Пустота трёх сфер
- ✓ Что делает совершенство совершенством
- ✓ Механизм «Восходящей спирали»

Просто представьте, если однажды вы станете таким мастером шести совершенств. Каждое действие, каждый вдох, который вы будете делать, это будет какое-нибудь совершенство, чего-нибудь. Вероятно, это сделает вас другим существом, очень счастливым. Спасибо. Итак, у нас есть чуть-чуть времени на вопросы, если они есть у вас. В том числе онлайн (*машет рукой*). Привет, Оксана. Для этого я приглашу свою чудесную жену на сцену. Поблагодарим нашу переводчицу Аню. (*аплодисменты*) Отличная работа, Аня. Аккуратно, чтобы не отпал магнитик (*смена спикеров*). Есть ли у вас какие-то вопросы? Потому что в следующем уроке не будет времени для вопросов. Следующий урок очень особенный. Питер Мертл его называет самым главным уроком всех 18 курсов. Давай я тебе дам микрофончик.

Ярина. У меня есть вопрос.

Максим Джабали. Да, давай я тебе дам микрофончик.

Ярина. Я даже ситуацию хочу описать, а не вопрос. Вчера, например, у нас возле хофера есть женщина, которая стоит, продает газеты и подает всем вот эти вот вазочки для продуктов. Я там ей каждый раз что-то подкупаю и отдаю. И вот когда я слышала о совершенствах и о совершенстве отдавания, я думаю, ну вот замечательный Будда для того, чтобы я попрактиковала. И, во-первых, очень большое сопротивление было, потому что я думала, ну окей, я ей покупаю там, допустим, какие-то сладости, но я понятия не имею, нужны ли они ей. Она вроде бы радуется, когда получает, но вроде бы она стоит, продает газеты. Вот газету почему-то купить, я задала вопрос. Но ей же, наверное, нужно, чтобы я купила газету. И у меня не откликнулось. А потом я думаю, она стоит в зимних вещах, и я вижу, что ей жарко очень.

И я думаю, окей, ну то я могу собрать вещи и отдать ей вещи. Я собрала это всё заранее, и вчера я такая, а вдруг я приду, её не будет. Я пойду погуляю и по пути посмотрю, она там или не там. И я, короче, увидела, что она там, пришла, зашла в магазин, что-то там это, и пришла к ней. И думаю, сейчас надо дать ей вещи. И я думаю, пустота, пустота, пустота. И в тот момент, когда я даю ей вещи, я вижу, она улыбается, вроде бы ей приятно. И я концентрируюсь на ней, на своём ощущении, быстро убежать, отдать и убежать. Но я вот не могу прочувствовать. Вот я иду к ней, я её вижу, вроде бы я думаю про пустоту. Но в моменте, когда я это делаю, я вот как-то, как будто бы пытаюсь чувствовать, за что она почувствует, будет ли ей приятно. Вот я вижу её взгляд, она вроде бы благодарна, а потом я отхожу и думаю, а вдруг ей не подойдут те вещи. И вот как всё-таки концентрироваться на этой пустоте? Потому что

очень всегда отзывается, как субъект отреагирует. И что я в этом моменте почувствую? Вот это очень глушит вот эти мысли, когда ты должен думать о пустоте.

Максим Джабали. Спасибо, Ярина. Я резюмирую, Ярина, два вопроса минимум. Первый вопрос: Как фокусироваться на пустоте, когда ты именно действия само совершаешь? Потому что там много очень отвлекающих факторов. А второе: Как ещё при этом, не знаю, насладиться тем, что ты делаешь? Как человек вообще реагирует? Об этом успеть подумать? Потому что это ведь тоже важно. Нельзя же просто с этим покерфейсом вручать человеку и вспоминать о пустоте этих трансфер.

Ирина Джабали. Или так: так, так, так, подожди, подожди, подожди. Дай мне обратно. Я забыла подумать. *(думает и дает обратно)* На.

Максим Джабали. Хочешь ты ответить?

Ирина Джабали. Нет, нет.

Максим Джабали. Ну, во-первых, это очень здорово. Это вопрос человека, который попытался применить это в практике. Сразу вот видно. Знаешь, Ирина, это мне напоминает как... Ты водишь машину или нет? Мне напоминает как... Ну, я учился водить машину. В принципе, люди учатся водить машину. Сначала... Механику. Я учился механику. То есть ты едешь, тебе надо помнить о том, что тебе надо нажимать на сцепление, переключать передачи, не заглохнуть, видеть параллельно еще знаки, какие есть дорожные, поворотник включить. Ну, короче, это целое дело вообще. Сколько вещей нужно удерживать в уме, когда ты делаешь, когда ты едешь за рулем. И начинающие водители, я думаю, задают вопросы: а как? Вы хотите, чтобы я что, не задавил пешехода, не вылетел на перекресток? Или вот это все поворотники, переключение передач, сцепление и так далее.

Ответ: и то, и другое и компот. И нужна практика. Много практики. Реально много. И по мере этой практики тебе будет становиться легче. У меня вот здесь приложение. Это я не переписываюсь еще с кем-то. У меня приложение. Я стараюсь принимать 100 прибежищ в день. Вот у меня здесь трекер. Плюс один я ставлю. Вот я веду занятия. Все еще я стараюсь вспоминать о пустоте. Мне это очень тяжело удастся, но я думаю, что те, кто вообще первое занятие ведут, не может и занятия вести еще про пустоту, вспоминать себя, по отношению кому ты это занятие проводишь и так далее. Это нереально. Это слишком тяжело. Но с практикой это становится легче. То есть я провожу занятия и я успеваю себе вот тут плюсики еще ставить, что я вспоминаю о пустоте.

И точно так же, когда мы тренируемся делиться вещами, например. Сначала очень тяжело вспоминать о пустоте. Но со временем, если мы стараемся об этом думать, будет легче и легче и легче. И будет у тебя такой момент, Ярин, когда ты будешь держать эту свою одежду, давать ее девушке и ты будешь понимать пустоту себя, ее, этого действия и в то же время это не мешает тебе, не знаю, посмотреть ей в глаза, порадоваться, если она улыбается. Это друг другу не противоречит. Просто это, знаешь, как должна операционная память в голове для этого высвободиться. Единственный способ, как это сделать - это с практикой. Поэтому ты на верном пути, все правильно делаешь. Отличный вопрос.

Ирина Джабали. Я еще хочу добавить про как бы ощущение утраченных возможностей, но только наоборот. То есть вот кажется, что я дала Максиму что-то, забыла подумать в этот момент о пустоте. Все, все потрачено. Но это ведь тоже не так. Мы готовимся к этому. Ты там переживала, думала. А что этому чудесному ангелу, наверное, лучше всего сейчас? Может быть, не газетку купить, а может быть, это. У тебя был какой-то промежуток до этого, какой-то мыслительный процесс. И вот даже сама подготовка в эти вот, не знаю, ментальные прелюдии, это же тоже сеет хорошие семена в нас, наши намерения и так далее.

Есть сам момент, да, может быть, мы вспомнили о пустоте, может быть, не вспомнили в этот момент. Ну, как бы по навыкам все. Есть потом еще момент после, что мы думаем, оглядываясь назад. Может быть, мы там порадовались дополнительно этому или не порадовались. То есть не стоит, если мы еще не выработали привычку в моменте думать о пустоте трех сфер, не стоит как бы расстраиваться, потому что есть то, что мы можем создать до этого, и есть то, как мы можем это, не знаю, укрепить, пересобрать после этого. Забыли подумать о пустоте трех сфер в момент, давайте просто подумаем после, это тоже очень хорошие семена.

Максим Джабали. Поддерживаю. Спасибо. Классный вопрос.

Ирина Джабали. Еще вопросы?

Максим Джабали. Есть у нас онлайн вопросы?

Зал. У нас онлайн нет. У нас был из чата вопрос. Хотите ответить сейчас?

Максим Джабали. Давайте спросим, еще у кого-то есть живую вопросы? Тогда вопрос Даши? Вопрос Людмилы?

Людмила. Я хотела бы уточнить, так сказать. Вот я не скажу, что я веду дневник постоянно, и вот интересная мысль, которая у нас там сейчас в группе создала, это щедрость, щедрое состояние ума, и вот я анализировала, когда я веду дневник, да, и вот там есть минусовые поступки, и антидот. Это заставляет твой мозг проецировать действия, противоположно этому действию, и заставляет мозг уже планировать хорошие дела на будущее. Это как бы заставляет мозг перестраиваться на вот это щедрое состояние ума. Как-то оно ваши ответы прям в параллель пришли, когда мы над этим думаем, мы как бы заставляем мозг изменить привычки, правила, выносит.

Это всё равно, что, действительно, спираль, это когда мы поднимаемся на высоту. Мы можем воспринимать красоту с позиции первого этажа и дойти до, допустим, сотого этажа, и насколько расширяется эта красота и восприятие этой красоты она становится такая неужели это правда? Для меня это скорее не вопрос, а такое как...

Максим Джабали. Спасибо, что поделились. Всё. Оля хочет задать вопросы с чата. Ты какой-то хочешь конкретный задать? Много вопросов она пишет. Вот на этот конкретный, который она пишет. Вопрос от Даши. Тут много вопросов, я по очереди буду читать. Если всё ярлыки, тогда получается, что когда с нами происходит опыт видения пустоты напрямую, тогда там нет никаких ярлыков. Это популярный очень вопрос, дебат, то есть его суть в том, когда ты видишь пустоту напрямую, происходит ли этот опыт из семян или нет? Я предлагаю вам об этом подумать самим и предлагаю отталкиваться от следующей концепции, которая вам легче будет. Поднимите палец,

указательный (*поднимает палец вверх*). Сейчас указательный палец поднимите. Все подняли? Покажите на вещь, которая не происходит из семян. Всё из семян происходит, кроме восприятия пустоты. В этом я предлагаю подумать. И мой дебат был тоже. В общем, остальное - это продолжение этого вопроса. Даша, в общем, пиши вопрос в комментарии, чтобы мы могли его задать. Тут вопрос из нескольких абзацев. Первая строчка мне понятна. Но хороший вопрос. Спасибо, Даша. Спасибо, Оль. Есть еще у кого-то вопросы? Тогда, спасибо (*аплодисменты*).