

ACI 7 Max&Irra_2026 Стенограмма Урок 7

Стенограмма • TurboScribe (Кит) • RU • 2 говорящих

[Говорящий 3] Всем, кто пришел здесь офлайн и кто онлайн, кто будет смотреть потом. У нас сейчас с вами что? Ура!

Все знают. Давайте сделаем подготовительные шаги. Шаг номер 0.

Какой? Ура! Попрошу, пожалуйста, включите прям режим полета, чтобы он даже не вибрировал, потому что это тоже отвлекает.

Чтобы не создавать семена препятствий в вашей медитации. У кого идеальная медитация, скажите? Идеально.

Сели, сразу раз, девятая стадия. Поэтому предлагаю выключить телефоны. У нас и так семян медитации немного.

Еще и нарушать не хочется, правда? Классно, что вы приходите, мы медитируем вместе. С одной стороны, это всегда сильно, потому что много сознания одновременно.

Мне кажется, это мощнее. А с другой стороны, это сложнее, правда? Потому что рядом есть люди, и ты чувствуешь их присутствие в прану, кто-то шевелится, и нужно быть достаточно внимательным.

Поэтому позаботьтесь о том, чтобы вы сейчас сели удобно и не отвлекали никого. Чтобы вы были тем спокойным озером, помните, которое мы сегодня на йоге с вами создавали для всех, кто рядом. Мы будем делать медитацию «Магический лес».

Кто не знает, что это за медитация? Не знаете, что за медитация? Мы уже делали, да?

Ага, да? Ой, ну теперь вы знаете, что это «Магический лес». Мы сегодня будем делать первую часть снова.

Я думаю, что вы ее уже делали. Мы будем проходиться по первым 9 коренных обетам. И в лесу каждая сцена соответствует какому-то конкретному обету.

Мы будем с вами создавать особые ментальные семена, когда будем проходиться. Семена, которые помогут нам потом в течение дня сохранять эти обеты, правда? Таким это прекрасным, чудесным образом работать.

Ну что, готовы создать эти невероятно мощные семена? Я предлагаю припарковать свою машину. Подумайте, у вас какая?

Я вот Porsche хочу. Шучу. Самая прекрасная машина, самый прекрасный автомобиль, который у вас есть, это ваше тело.

Спасибо всем, кто был на йоге и подготовил этот автомобиль к медитации. Если вы на стуле, на край стула, стопы ровно стоят под коленями, старайтесь широко не расставлять ноги. Главное, чтобы ваш позвоночник был ровно, не облакачивайтесь на спинку стула.

Если вы сидите, удостоверьтесь, что ваши колени ниже таза. Это важно. Нужно отстроить так позу, чтобы колени лежали на полу.

Или подмастить валики под них, положить какие-то такие подушки, чтобы так колени прямо были не на весу. Хорошо. Выровняйте спину.

Положите руки удобно на колени. Лучше ладонками вниз. Ирина, попробуй, может так тебе удобнее будет.

Почувствуйте, как макушка слегка тянется вверх. Дайте внимание в плечи, сделайте выдох, опустите их вниз, пусть они стекают, при этом помогая спине оставаться ровной. Проверьте, что ноги удобно, рукам удобно.

Слегка сведите лопатки вместе, чуть-чуть подтянитесь к грудной клетке вперед. Это еле заметное движение. Пупок в себя, и это поможет держать спину ровной.

Особое внимание подбородку. Он параллельный полу. Проверьте, что голова не падает ни влево, ни вправо, ни вниз, ни назад.

Ровно параллельно полу. Расслабьте лицо, прикройте глаза. Можно полу прикрыть глаза, чтобы не засыпать.

Расслабьте рот. Легкая улыбка. Это поможет развязать узлы между бровей.

Сделайте более глубокий вдох через пупок, и выдох за пупком ближе к позвоночнику. И с выдохом расслабьте все тело. Проверьте, сделайте последние поправки, и примите решение больше не двигаться совершенно.

Я люблю дать себе это обещание, потому что как только принимаю решение, хочется двигаться. И если я устойчива, в следующие несколько секунд это уходит. Сосредоточьтесь на кончике носа, на потоке воздуха, и начните отсчитывать идеальных 10 циклов выдох, вдох один.

Представьте, что в ноздрю стоит страж, и он внимательно следит за выдохом и вдохом. Если ваши мысли улетают, просто мягко возвращайте обратно. И теперь представьте перед собой своего учителя, того, с кем вы чувствуете особую связь, напротив вас.

Сделайте присутствие реальным, насколько это возможно. Почувствуйте тепло, видите движение тела, вдыхание. Если мне не удастся визуально сделать ясно картинку, я сосредотачиваюсь на чувствах присутствия.

Подумайте о качестве учителя, которое вас восхищает, в нем или в ней. Сделайте ментальный поклон. Для меня сегодня это качество высокой нравственности, способность исключительным образом хранить обеты.

Я вижу это в своем учителе. Теперь сделайте подношение, подарок. Самым лучшим подарком будет, где вы, возможно, хранили свои обеты, на протяжении прошлых 24 часов.

Может, вы заполнили дневник. Преподнесите это своему учителю. Он или она очень рады вашему стремлению, стремлению практиковать.

А теперь откройте сердце и с глубоким чувством сожаления признайтесь учителю, где вы, возможно, нарушили один из обетов или принципов этических. Я сегодня перешла дорогу на красный, хотя не было машин, но и сделала это. И очень сожалению.

А теперь подумайте о чем-то хорошем. Мы сделаем антидот, медитацию радости. Вспомните что-то хорошее, что вы совершили за последние 24 часа.

Возможно, где-то, где вам было особенно сложно, но вы не нарушили этический принцип. И порадитесь этому. Старайтесь не обесценивать маленькие усилия, даже маленькие усилия, как вам кажется.

В будущем это будут мощные, сильные семена. Теперь попросите учителя продолжать обучать разными способами, в виде таких уроков, лекций, личных инструкций. Я люблю попросить в ваше учение, в виде событий, людей.

И всегда прошу обучать легким, приятным способом, но самым эффективным. Попросите учителя всегда оставаться рядом, особенно физически, в виде учений. Пусть эти учения всегда будут в этом мире.

Физически, в виде моего коренного Лама. И я люблю добавить, пожалуйста, будь всегда физически рядом, в виде духовного партнера. Кто бы то ни был для вас.

Это может быть и дети, и муж, и жена, мама. Кто угодно. Кем вы могли бы видеть такого.

И теперь увидите, как учитель начинает подниматься в воздухе, уменьшаясь в размере. Постепенно встраиваясь на макушке головы, разворачивается в ту же сторону, что смотрите и вы, и уменьшается до размера зернышка. И затем через макушку, вдоль срединного канала опускается вниз на уровень сердца.

Учитель всегда остается там рядом с вами. И давайте посвятим эти семена того, что мы только что сделали. Пусть у каждого будет учитель.

И пусть каждый человек на этой планете и во всех мирах с легкостью соблюдает этические принципы обеты и достигает самых высоких духовных целей. А теперь представьте перед собой линию передачи. Начиная с Гуама Будды, затем Джетсон Капа, Пабонго Ринпоче, Триджан Хринпоче, Кен Ринпоче, Геше Лапсан Торчен, Геше Майкл Роуч, Джон Брейди, Иконе Убрайен, Питер и Мария Мёртл.

Поблагодарите их. Скажите спасибо и попросите благословить вас создать рай на земле для всех живых существ с помощью хранения этого кодекса Бодхисаттвы. Кодекса жизни человека, который хочет достичь просветления для блага всех живых существ.

И линия передачи благословляет вас. Вы можете чувствовать их поддержку. И мы переходим к основной медитации.

Если вы хотите, то можете открыть глаза и сделать поправление, немножко потянуться и сильно не отвлекайтесь. Если хотите, можно вытянуть руки, поправить позу, если хочется, и затем снова вернуться. Прикройте глаза.

Снова отстройте позу. Сделайте вдох, и с выдохом сильнее пупок втяните в себя и вернитесь в медитацию. Вы стоите перед магическим волшебным лесом.

Это особенный лес. В нем вы станете разными людьми, которыми вы были в прошлых жизнях. И проживете, как вы хранили свои обеты Бодхисаттвы в прошлых жизнях.

Вы чувствуете легкое волнение, интерес. И вот вы делаете шаг вперед. Вы входите в этот лес.

Вы идете по тропинке и вдруг попадаете на сцену. Вы находитесь на публичных дебатах. Выступаете против сильного оппонента.

И у вас есть возможность победить нечестным способом. Вы можете сказать неправду о своем оппоненте и получить больше поддержки от спонсоров и улучшить свою репутацию. И вот вы чувствуете этот момент выбора.

И вы решаете этого не делать. И таким образом вы избегаете первого коренного падения. Восхвалять себя и критиковать других ради личной выгоды.

Порадуйтесь этому решению. Сделайте вдох и мягко идите дальше. И вы идете дальше по лесу.

И видите бездомного человека. Он просит вас поделиться едой. Вы даете ему еду.

Затем он спрашивает, как ему вообще улучшить свою жизнь. Он уже все перепробовал. Но все равно ничего не работает.

И вы рассказываете о ручке. Этот человек становится счастливым. Он находит свой путь.

Начинает изучать систему семян. И таким образом вы избегаете второго коренного падения. Не дать дарму или материальную помощь из-за чувства собственности.

Снова порадайтесь этому поступку. Почувствуйте радость. Сделайте вдох и идите дальше.

И вот вы идете дальше. И видите свою подругу. Которая когда-то сильно вас обидела.

Или друга. Он или она подходит к вам и искренне извиняется. И вы все еще чувствуете боль.

Но вы открываетесь. Вы принимаете ее или его извинения. Обнимаете.

И таким образом вы избегаете третьего коренного падения. Не принимать чьи-либо извинения. Или наносить удары другому человеку в ответ.

И вы снова радуетесь этому чистому поступку. И мягко идите дальше. И вы все идете глубже в лес.

И попадаете на занятия о пустоте и карме. В красивую светлую аудиторию. Вам не все понятно.

И появляется мысль. Это так непонятно. Может это вообще не Будда преподавал, а просто придумал кто-то.

Я мог бы гораздо лучше что-то придумать. Но вот тут же уловите себя на этой мысли. И решайте отложить на полку то, что вам сегодня непонятно.

А затем спустя 10 лет вы хорошо разбираетесь в этой теме, становитесь известным учителем системы семян. Помогаете многим другим людям. И таким образом вы избегаете четвертого коренного падения.

Отвлекаться от большего пути Махаяны. Говоря, что писания этого пути не были произнесены Буддой. Или обучать сложной дарме.

И вы снова радуетесь этому. Этому прекрасному поступку. Сделайте вдох.

И мягко идем дальше. Вы идете дальше. В лес видите буддийский монастырь.

Вы замечаете красивые вещи. Статуэтку Будды. Красивые книги.

Еду, принадлежащую монахам. Вдруг возникает мысль взять это. Но вы тут же ловите ее и останавливаетесь.

Вы ясно видите, это создает плохие семена. И вы не берете. И таким образом вы избегаете пятого коренного падения.

Крать то, что принадлежит драгоценностям Будды, дармы и самьи. Порадуйтесь этому. Порадуйтесь вашему чистому поступку.

И вы снова идете дальше. И заходите в библиотеку. И видите трех человек.

Один парень следует по пути слушателей, изучает книгу о четырех истинах Арьи. Второй следует по пути самосозданного Будда. И изучает Колесо Жизни.

Третий следует по пути Махаяна и изучает Мастера Шантиделу. Вы понимаете, каждый из этих путей важен. Каждый подходит людям на своем уровне.

И вы поддерживаете их. Чувствуете это открытое уважение. И таким образом вы избегаете шестого коренного падения.

Отказываться от высшей дармы путем отрицания писаний, пути слушателей, самосозданных Будд или Махаяна. И вы снова чувствуете радость. Порадуйтесь тому, что вы совершили чистый поступок.

И вы идете дальше. Внезапно вы становитесь могущественным королем. Один монах вам очень не нравится.

И вы думаете о том, что у вас есть власть лишить его монашеских роб, лишить его статуса монаха. Но вы вдруг ловите эту мысль и решаете этого не делать. И таким образом избегаете седьмого коренного падения.

Лишать посвященных Духовный Сан их золотых роб, избивать их или лишать их свободы. Или забрать у кого-то статус посвященного в Духовный Сан. И вы снова радуетесь этой накопленной добродетели.

Наполненной этой радостью вы идете дальше в лес и внезапно видите в одном месте группу людей. Вы видите свою мать, своего отца, человека, который достиг нирваны, Архата. И вы видите Будду.

А также вы видите сбоку группу последователей Будды. И вы делитесь с каждым вкусной едой, делаете подарки, поддерживаете сообщество и последователи Будды. И таким образом вы избегаете восьмого коренного падения не совершать одного из пяти мгновенных проступков.

И вы снова радуетесь. И вы идете дальше и садитесь медитировать. И вы медитируете о том, что все происходит из вас.

И те семена, которые вы накопили в прошлом, они сейчас сходят в вашей жизни. Потому что все пусто от своей самосуществующей природы. И вы радуетесь этому факту.

Тому, что вы можете изменить все в своей жизни, ведя нравственный образ жизни. И таким образом вы избегаете девятого коренного падения придерживаться неправильных взглядов. И вы снова радуетесь этим особенным семенам и накопленной добродетели.

И вот вы прошли этот путь из девятистой. И внезапно вы видите ясное небо и солнце. Это значит, что лес заканчивается.

Вы выходите из леса и благодарите себя за то, что тщательно хранили свои обеты бодхисаттвы в прошлых жизнях. Почувствуйте эту благодарность к себе. Почувствуйте

готовность сердцу продолжать следовать этому кодексу бодхисаттвы.

Человеку, который хочет достичь просветления ради блага всех живых существ. И примите решение сегодня, на протяжении всего дня быть очень внимательным. И вести очень чистый нравственный образ жизни.

И сделайте три вдоха и глубоких выдоха. Можно послать свет из своего сердца во внешний мир. И пусть каждый, кто соприкоснется с этим светом, тут же обретет абсолютно чистую нравственность, мудрость и возможность достичь абсолютной цели.

И когда готовы, открывайте глаза. Можно потянуться. Попить водички, если у вас есть водичка.

Спасибо вам за медитацию, за то, что вы были такими тихими. Сейчас я заберу всю свою конструкцию. Микрофончик тебе нужен.

[Говорящий 1] Спасибо. Ну что, доброе утро. Просыпайтесь.

После йоги, после медитации. Как ваши дела? Какие-то вы молчаливые.

Интересный эффект после медитации. Иногда не хочется разговаривать. Когда успокоил свой ум, когда внутренние ветра успокоились, иногда разговаривать совсем даже и не хочется.

Понимаю. Понимаю. Я, кстати, хотела вам сказать, что вы, когда медитируете, если вам некомфортно, даже на занятиях, вы можете спокойно положить тут какой-нибудь коврик, брать подушки для медитации и сидеть на полу.

Если вам там комфортнее. Или если вы устали на стульчике сидеть, тоже можно спокойно где-нибудь тут на переднем, на нулевом ряду сесть и спокойненько на подушках расположиться или где-то там у стенок. В общем, чувствуйте себя комфортно, чтобы вам было комфортно и удобно.

На полу сидеть тоже окей. И когда мы сидим с ровной спиной, у нас как бы прана начинает гораздо лучше функционировать по телу, двигаться по телу. Ну, в общем, может быть, не знаю, та или иная информация вам пойдет лучше или инсайты какие-то будете получать.

Как бы ни было, главное, чтобы вам было комфортно. Ну и, соответственно, на медитации можете тоже на полу тут располагаться спокойно. Хорошо.

Где же мы находимся? На каком занятии? Какого курса?

Какая главная тема этого курса? 7.7. Боже, мы уже сейчас после этого занятия 70% всего пройдем.

[Говорящий 3] Агент 007.

[Говорящий 1] Агент 007. Да. Мы с вами завершили обзор.

Сколько коренных обетов? Мне надо вас как-то разбудить, потому что дальше надо быстро опомчаться. У нас сегодня насыщенное занятие.

Сколько коренных обетов?

[Говорящий 3] 18.

[Говорящий 1] Сколько второстепенных?

[Говорящий 3] 16.

[Говорящий 1] И каких сегодня с Оксаной в медитации прошли? 9. Каких?

Ура! Оксана, поздравляю! Все как бы удалось.

Здорово. Да, мы с вами сейчас закрываем голову с этими коренными обетами, можно так сказать, и мы как бы переходим дальше. Вот это занятие, седьмое, восьмое занятие и девятое занятие, они будут полностью обзор второстепенных нарушений, второстепенных обетов, которых 46.

Все, с коренными мы уже разобрались. Теперь 3 дня насыщенной программы по второстепенным обетам. есть разница, есть некоторые особенности между коренными и между второстепенными обетами, и я, наверное, хочу сегодняшнее занятие как раз с этого и начать.

Второстепенный обет по-тибетски нье дже? Нье дже. Или еще по-другому, буквально это переводится как плохое действие, типа что-то не очень хорошее, или второстепенный проступок.

Чем же отличаются второстепенные обеты от коренных? Знаете ли вы уже, есть ли какие-то предположения, что что-то вы уже знаете? Чем отличаются?

Какая разница между ними? Что-то знаете? Да, отлично.

Чтобы нарушить коренные полностью, нам надо 4 цепи. Чтобы нарушить частично, какая-то из комбинаций. Когда мы говорим о второстепенных, там уже 4 цепи не нужны.

Мы сейчас вскоре поговорим, как они нарушаются. Что еще? А какие догадки еще?

Если мы нарушаем коренной частично, не сильно, не полностью, то неполное нарушение коренного может стать нарушением второстепенного. Да, что еще знаете? Легче нарушить какие из этих обетов?

Второстепенные нарушить легче. Верно. Почему?

Потому что не надо 4 цепи. Мы нарушаем этот второстепенный обет, когда это действует с определенной мотивацией. Это, кстати, домашка, по-моему, номер 2.

[Говорящий 3] Да.

[Говорящий 1] Есть 2 большие категории мотивации, которые стоят за нарушением этих второстепенных обетов. То есть 2 способа, 2 побуждения, как можно их... Отчего можно их нарушить?

Почему мы их нарушаем? Первое — это ментальные омрачения. Никуда далеко ходить не надо, это мы все знаем.

Наши чудесные клеши, наши негативные мысли. И у вас в домашках также просят привести примеры, что имеется в виду под ментальными нарушениями. Здесь имеется в виду гнев.

То есть когда мы под влиянием гнева нарушаем, когда мы делаем что-то нехорошее и при этом злимся. Это зависть, например, совершение плохого действия на фоне зависти. Это

страстное желание.

Не знаю. Желание, не знаю, чего-либо. Чьей-то вещи, чьего-либо партнера, еще чего-то.

Или злой умысел. Это примеры того, как бы, из-за чего мы нарушаем эти второстепенные обеты. То есть под влиянием ментальных обращений.

И второе. Это любые другие мысли. Все остальные случаи, которые не относятся к ментальным обращениям.

Любые другие мысли. Например. Да, мне нравится.

Сразу задумались, а что же за такие мысли, которые не ментальные обращения? Спасибо, что думаете. Например, лень.

Лень не есть негативная мысль. Понятное дело, что она лучше нашей жизни делает, но как бы это не какое-то ментальное обращение, например, как гнев. Тем не менее, из-за лени мы можем нарушить второстепенные обеты.

Еще один пример. Это забывчивость. Не знаю.

Забыли обеты, нарушили. Все. Или невнимательность.

Можно сказать, какое-нибудь такое халатное отношение. То есть это такие две мотивации, из-за которых мы можем нарушать обеты второстепенные. И у вас попозже в каком-то из уроков, не помню в каком, будет вопрос, связанный с этим.

Он звучит примерно так. Обязательно ли быть ментально омраченным, чтобы нарушить второстепенный обет? Забегая наперед, ответ как бы нет, потому что можно просто забыть, поленился.

Любая другая мысль может также стать побудителем нарушения второстепенного обета. Хорошо. Ну, какие же еще особенности второстепенных от коренных?

Они легче очищаются. Второстепенный обет можно самостоятельно починить. Можно прийти к Оксане, сказать, Оксана натворила делов, хочу тебе исповедоваться.

Сейчас я тебе начну рассказывать все свои, короче, плохие дела. Устраивайте поудобнее, на тебе кофе.

[Говорящий 2] Оксана говорит, сразу включаешь микрофон и говоришь.

[Говорящий 1] Я вообще про Оксану Горину, но мне нравится твоя мысль. Твоя мысль мне нравится. То есть мы можем сами починить эти обеты, даже если нарушили, нам не надо для этого, не знаю, какая-то особая процедура перед принятием и так далее.

Берем подружку, садимся, она, конечно же, радостно вас выслушает и выливаем все на чистоту. Мы вчера также говорили о том, это любой должен быть человек, перед которым можно вот так вот с которым поговорить или нет. Здесь говорится о том, что хорошо было бы, чтобы он изучал Хинаяну или Махаяну, то есть в принципе был в этих учениях, потому что этот человек должен как бы понимать, в чем суть проблемы, ну как бы суть нарушения.

И если даже этот человек, который уже в учениях, но он не серьезно воспринимает свои обеты, тогда следовало бы выбрать какого-то другого человека. В общем, это не только как бы хинянец или махаянец, но также тот, кто, ну может быть, ладно, не каждый день все шесть раз человек ведет дневник, ну ладно уже, но когда человек относится серьезно к

своим обетам, это хороший кандидат для такого разговора. И вы как бы не просто признаетесь в том, что вы совершили плохой поступок, вы как бы этому человеку признаетесь конкретно в нарушении обета.

То есть понятное дело, что вы сожалеете о том, что вы что-то не очень хорошее сделали, но вы также сожалеете о том, что вы сам факт обета нарушили. Ну и вот такой диалог у вас может быть. Может, да, есть проблемы.

Ну как бы не обязательно. Можно с кем угодно поговорить. Что именно в процессе признания помогает человеку восстановиться?

Это был бы типичный вопрос от Маши, я думаю. Какой механизм? Как это работает?

И тут Деша Майкл в этой лекции сразу отвечает Маше на твой вопрос. Он говорит, что, ну в целом, когда вы вот такой разговор с кем-то ведете, у вас как бы уже есть какая-то мысль, что вы, ну во-первых, вы понимаете, что это не очень правильно, во-вторых, вы как-то сожалеете. То есть в каком-то виде вот эти вот четыре сила, о которых мы говорили вчера, они уже у вас присутствуют.

Раз вы рассказываете ему об этом, наверное, вы не хотите это повторять, ну и так далее. Таким образом, как бы вот такой механизм, наличие таких мыслей, оно позволяет восстановить этот обет у нас обратно. И еще одна особенность второстепенных обетов, что они взаимосвязаны с шестью совершенствами второстепенных.

Вот эти. То есть все, ну ладно, технически так неверно сказать, но скажем так, 46 обетов сгруппированы так, чтобы поддержать практику шести совершенств. Помните, зачем нам эти шесть совершенств?

Для создания тел Будды. А каких же тел? А я вам покажу слайдик, кто забыл, чтобы запомнить.

А, ну это совершенства, понятно, вы их знаете. И вот, собственно, с помощью первых трех и часть четвертого мы накапливаем заслуги для того, чтобы получить нашу Роу Ка Каю. И с помощью двух с половиной оставшихся совершенств мы накапливаем мудрость, чтобы получить Дарма Каю, ментальное тело Будды.

И вот как разбиты эти обеты по совершенствам. Вам не надо это запоминать, можете сфоткать, если хотите. Тут я специально сделала такой слайд, потому что есть первый столбец, это нарушение в списке из 46, то есть тот список, который у вас будет в чтениях, ну как бы классический список.

Но помните, когда мы возьмем дневник, у нас более детальное дробление есть. И вот нарушения в дневнике, они начинаются с номера 63. Оленька, а ты кто-нибудь Оленьку поэта раздашь, пожалуйста, нам на сегодняшний урок план?

Да. Мы сегодня на занятии сейчас рассмотрим совершенство даяния, я рассмотрю, и потом Макс рассмотрит совершенство нравственности. На следующих уроках остальное.

И видите, еще что интересно, тут еще есть третья нравственность. Помните, что за третья нравственность? А помните, какая вторая?

Или первая? Это поможет вспомнить третью.

[Говорящий 3] А, третья нравственность. Да, да, слайдик со второго урока.

[Говорящий 1] То есть мы воздерживаемся от неправильных поступков, мы накапливаем добродетель, но все это мы делаем с мотивацией ради живых существ. То есть мы соблюдаем эти первые два ради большей и более широкой мотивации. И вот там одна из последних групп обетов, они будут относиться к третьей нравственности, а не к совершенству.

Хорошо. Подытожим еще раз про коренные обеты, просто чтобы у вас это было на одном слайде. Значит, при нарушении, точнее про второстепенные.

При нарушении второстепенных не теряются все обеты бодхисаттвы. Если мы нарушаем коренной, теряем все обеты бодхисаттвы, если нарушаем второстепенный, не теряем. Дальше.

Легче нарушить. Не нужны четыре цепи. Вместо четырех цепей у нас вот эти вот или ментальные обращения, или какие-то другие мысли, которые не ментальные обращения, под влиянием которых мы нарушаем.

Дальше. Их легче очистить сами. Можно селф-сервис сделать.

И они связаны с шестью совершенствами в основном. Гуд? А какой первый вопрос?

[Говорящий 2] Домашки?

[Говорящий 1] Не-не-не. Я вам буду говорить когда какой-то номер. Можете расслабиться.

С этим понятно. Открываем раздел книги «Совершенство даяния». Там, в общем-то, на всех практически слайдах будут очень много текста, очень много всякой информации про особенности, исключения и так далее.

Поэтому я вам буду сначала показывать название самого обета. И у вас на листочках это тоже будет. Вы сможете, если что, списать или посмотреть.

Я буду говорить, где какие домашки, потому что в целом не на всех лекциях каждая полностью рассматривается. Нам показалось правильным и важным пройти абсолютно по всем, чтобы у вас было больше понимания, как потом вести эти обеты. В чтениях вы найдете, что подразумевается под обетами, но не всегда имеются исключения в чтениях.

Чаще просто гершлав лекции это упоминает и не упоминает в занятии. В смысле, в чтении. И не всегда есть это в ответах.

Но я подумала тоже, что вам, наверное, будет здорово, если... Я думаю, вы поленитесь пересматривать, переслушивать полностью какие-то исходные записи или чтения, или что. Поэтому я постаралась собрать на слайде основную информацию по каждому из обетов.

Но как бы слайды опять-таки перегружены, и если вы начнете сейчас читать вот так вот, дело не будет. Поэтому я хочу сказать, что это вам на будущее, вы сможете к этому вернуться, перечитать, вы будете знать, куда вам обратиться, чтобы напомнить себе о какой-то инфе. Ну что, готовы?

Будем развивать совершенство даяния. Совершенство даяния позволяет нам преодолеть нашу жадность и привязанность. Класс?

Мне кажется, класс. Первое второстепенное нарушение в дневнике — это номер 63. Не сделать подношения драгоценностям через три двери выражения.

Что за три драгоценности мы вчера говорили? Помните? Три драгоценности — драгоценность Будды, драгоценность Санги и драгоценность Хармы.

Не Будда, Дхарма, Санга, а со словами драгоценность. Потому что между этими понятиями есть большая разница. Когда мы просто говорим о Будде, статуя Будды нам особо никак помочь не может.

Когда мы говорим о драгоценности Будды, мы имеем в виду пустоту ума. Это то, благодаря чему мы сами можем стать просветленными. Если бы у нас не было пустоты ума, если бы пустоты не было, что бы мы могли в этом мире изменить?

Ничего. Поэтому мы всегда говорим о драгоценности Будды, о пустоте нашего ума, о нашем потенциале стать Буддой, получить эту Буддовость, стать Ангелом, как хотите так и называйте. Драгоценность Дхармы.

Дхарма — это книги, это что-то, какая-то информация, буквы, сложенные в слова, которые ты смотришь на них глазами, и они приобретают или не приобретают в случае с некоторыми от меня чтениями, они приносят какой-то смысл. А потом можно через пару лет вернуться, и вот оно, что было. А до этого смотришь, и вообще ничего.

Мне иногда казалось, я просто читаю механически. Я понимаю эти слова, но что они вместе значат? Не получалось.

У меня не было способностей. То есть Дхарма — это как бы книги, это что-то, что описано. Но когда мы говорим о драгоценности Дхармы, это как бы те осознания, которые могут быть у нас внутри благодаря этим знаниям, благодаря тому, что описано в этих книгах и так далее.

То есть это как бы реализации в нашем уме. Мы не делаем подношения к книгам. Книгам не нужны наши подношения.

Мы имеем в виду здесь реализации на пути, на нашей эволюции. И драгоценность Санги. Любой, кто видел «Пустоту напрямую», «Арье», мне нравится думать об этом так, что если у кого-то получилось, ну, наверное, у меня получится.

Если у кого-то получилось пройти этот путь от обычного человека, стать Арьей, ну, раз у меня есть в жизни примеры таких существ, ну, наверное, не всё потеряно. Наверное, шансы есть. И помните, что за три двери выражения?

Тело, речь и ум. Вот они, наши три двери. Помните, это то, как по трём дверям эти диастетические принципы разбиты?

То же самое. То есть здесь как бы суть в том, что бахтисаттва должен ежедневно совершать подношения трём драгоценностям через три двери выражения. С помощью тела, с помощью речи, с помощью ума.

Теперь, собственно, как это можно делать? Что можно с этим делать? Это может быть любое почтение физическое.

Не знаю, головой махнули, мимо алтаря проходите, такой, здравствуйте, доброе утро, Будда, там или кто у вас на алтаре. Вы как бы проявили почтение, всё, у вас, считайте, наполовинку этот обед выполнен. Сегодня в медитации, в подготовительных шагах Оксана говорила, сделайте ментальный поклон учителю.

Вот ваш ментальный вариант поклона. Это как бы почтение в мыслях. То есть сделал ментальный поклон.

Сделал. Ну, класс. Пожалуйста.

Оксана где-то там нету? Уже говорили. В общем, спасибо, Оксане, за йогу и за медитацию.

Традиционно, конечно, если в монастырях это поклон, простирание, полное простирание какое-то делают. Но можно и просто наклон головой сделать. Теперь, это мы поговорили о том, как можно делать это телом, как можно речью делать.

Есть версии. Слова благодарности, слова восхищения, рассказать какое-то, не знаю, не просто... Так, короче.

Ну, ладно, не буду говорить плохо. Ну, в общем, мне нравится говорить мистер Будда. Не знаю, для меня это как бы более вежливо.

Или вот, когда мы говорим не просто о Санго, ну, там, чувак какой-то, который непонятно когда жил, а мастера Санго. Мы как бы уважительно добавляем вот эти вот мастера, это как приставка уважительности. Мне кажется, это в том числе, на мой взгляд, хранение этого обета.

Или когда мы что-то преподаем. Вот, как на таком занятии. Я сейчас сохраняю этот обет.

Или когда мы мантры читаем. В общем, это все можно отнести к таким вот примерам. Классически, в отношении речи это произнести как минимум 4 строчки текста, восхваляющего качества трех драгоценностей.

Сказать о них что-нибудь хорошее. Может быть, когда-то доберемся, если захотите, есть клевая такая небольшая песенка, которую можно петь перед едой. Когда мы еду подносим, можем с помощью такой небольшой песенки делать подношение еды.

И... Ты просил меня не пугать людей. Я хотела вам вообще все эти молитвы сразу дать.

Макс сказал спокойно. Я даже слайды сделала. Молитва.

Ну молитва это тоже такое специфическое слово. Это пугающее слово. Видишь, у меня уже сразу краснеет.

Начинаю. Ну в общем, да. Умом это восхищение качествами просветленных существ размышления о пустоте.

Подумать мысленно о качествах. Не знаю. Если вы перед собой Будду представляете в медитации, и вначале мы в ингредиентах делаем мысли о каком-то качестве, можно подумать.

Нарушение. Когда происходит? Если...

Ничего из-за двери не видно? Ну ладно. Ну и хорошо.

Если прошли одни сутки, а вы еще не сделали подношение одной или комбинации трех драгоценностей впоследствии трех дверей выражения. Вы сегодня все сделали. Молодцы.

Как мне еще помогает хранить этот обед? У меня есть алтарь. Можно подношения восстанавливать.

Можно кого угодно. Можете репрезентацию святого существа поставить, репрезентацию Арии, ваших близких, любимых людей. Делать какие-то подношения.

Я в начале этого года проводила мастер-класс по алтарю. Если не видели запись, можете посмотреть. Там было детально про алтарь, про все значения, как эти подношения делать и

так далее.

Тоже классная вещь. На Ютубе? На Ютубе загружена.

Напиши где-нибудь. На канале? Нет, на Ютубе.

Просто не в открытом доступе, а по ссылке. Есть подношения практика Мандалы с рисом. Оля показывала вам фоточку.

Тоже можно ее делать. Вариантов масса, как выполнить. Можете, если видите красивый закат, мысленно поднести его трем драгоценностям.

Все, что красивое, или сирень какую-то красивую. Уже подходит. Хорошо.

Номер 2. В дневнике 64. Позволять мыслям страстного желания продолжаться.

Поэтому тут на фотографии пес. Джацион Капп говорит, что это о чрезмерном желании чего-то. Ты пса сколько ни корми, он вечно голоден.

Невозможно его накормить. Он все время хочет еще какую-то вкусняшку. И нарушением считается, когда мы настолько сильно находимся под влиянием какого-то страшного желания.

Страшного, страшно желания. И мы не пытаемся это никак остановить. Уходим в самотек и продолжаем развиваться этой мыслью.

И это в конечном счете все равно приводит к тому, что мы начинаем делать какие-то нехорошие вещи, чтобы получить то, что мы так страстно желаем. Поэтому надо останавливать это. И если у нас есть хотя бы малейшее может быть полностью мы не можем остановить это желание, но если мы хотя бы чуть-чуть пытаемся, даже попытки остановки вот этого чрезмерного желания, они позволяют не нарушить этот обет.

Если хотя бы чуть-чуть пытаемся, все, уже не нарушаем. Мне нравится здесь еще говорить о том, как определяется чрезмерность. Чрезмерность определяется как готовность совершить что-то неправильное, чтобы удовлетворить свое желание.

Из-за этого нет проблемы в том, чтобы хотеть наслаждаться чем-то. Пожалуйста, вкусные круассаны или кофе, еще что-то. Наслаждайтесь сколько хотите, но кого-то пререзать ради кофе не надо.

Поэтому нам важно оказывать сопротивление таким мыслям, чтобы этот процесс был контролируемым. Чтобы мы могли контролировать себя и контролировать этот процесс. Но это не говорит о том, что никакой радости в нашей жизни теперь не должно быть.

Нам надо избегать любых удовольствий. Нет, это не так. Скорее речь о разрушительных удовольствиях.

Об этом этот обет. Хорошо. Третье нарушение.

Готовы? В дневнике 65. Не уважать старших.

Ага, не ожидали, думали про 3 драгоценности будет все. Не уважать старших. И тут очень интересно определяется, кто же имеется ввиду под старшим.

Неожиданно. Значит, старше вас это тот, кто принял обеты в бодхисаттвы раньше вас. И который обладает хорошими качествами и достоин вашего почтения.

То есть не по возрасту, не по сколько лет ручки знаешь, не по каким-то другим характеристикам, а как раз по критерию принятия обетов в бодхисаттвы. Так что те, кто примут в воскресенье, можете так ходить. Ха, уважай давай меня.

Ты тут на кого? Наезжаешь. Шучу, шучу.

Конечно, это не должно быть мотивацией принять обеты в бодхисаттвы. Да, поэтому я тут девочку вам поставила, чтобы вы не думали. И вот она с цветочком, кстати, да.

Приняла обеты в бодхисаттвы. И соблюдение этого обета это активная практика признания чужих духовных заслуг. Нарушение совершается, исключение сейчас тоже поговорим.

Нарушение совершено, когда вы не оказываете такому человеку уважение и так далее. Меня этот обет спасал в конфликтных ситуациях не раз. Есть очень много людей в нашей тусовке, которые приняли обеты в бодхисаттвы до меня.

И есть чудесные ангелы, которые умеют меня нажать на мои триггерные точки. Но я вспоминала реально перед тем, как написать, как я негодую относительно этого человека, этому человеку, и как я недовольна очень сильно. Я вспоминала реально, что вообще-то этот человек принял обеты в бодхисаттвы раньше меня.

Ну, по крайней мере конкретно и в этом случае конкретно. И, наверное, все-таки мне не стоит так поступать. Ну или, по крайней мере, приумерить свой пыл.

Перефразировать. Попросить Чаджи Пити написать в более вежливом ключе. Знаете, Телеграм уже умеет писать.

Он может в стиле викинга написать. Полезная опция. Осталось добавить в Телеграм.

Напиши, пожалуйста, в стиле системы ментальных семян. Хотя некоторые люди так и пишут, мне кажется. Да-да-да.

А там есть что-то такое на ангельском. Мне что-то такое попадалось. Что значит уважение?

Это не то, что вы этому человеку простираете, последний кусок еды отдаете. Это просто базовые, хорошие манеры. Гесла прикольно приводит в пример.

Это то, как в нашей культуре обычно мужчина, когда ему нравится женщина, он пытается дверь приоткрыть. Пожалуйста, проходите. Вот вам стульчик.

Может быть вам кофе. Кроме Австрии. Все семян, тоже правда.

Манера красивая. Никто не отменял. Просто какие-то, не знаю, манеры хорошего тона.

Проявить уважение. Все что-то красивое, аккуратное, вежливое. Ну и Гесла говорит, что лучший способ сдержать этот обед, это просто проявить уважение ко всем вокруг.

Не важно, кто перед вами. Уважительная относительность вообще-то ко всем. Хорошо.

Помните, мы говорили, что по-тибетски нье дже – это нарушение. Вот эти второстепенные. Плохой поступок – нье дже.

Есть у нас нье ме. И это исключение. То есть это неплохой поступок.

Вот эта ме часто значит что-то, частичка не. Неплохой поступок – термин, который используется для исключения. Когда действие не считается нарушением.

В данном случае вот эти нье ме – это если вы заболели, как бы физически или ментально и не выказали кому-то какие-то знаки уважения, не считается нарушением. Хорошо. Все ли понятно по первым трем?

В моменте – да. Хорошо. Четвертое.

Кто хочет прочитать? Помните, я говорила, что в дневнике у вас чуть-чуть детальней, подробней, и там добавлены вот эти вот, ну, чтобы вы поняли, помнили, из-за какой мотивации. Вот это вот из-за гнева или лени.

Помните, у нас две мотивации для нарушения. Ментальное омрачение или какие-то другие мысли. Считается, что когда мы под влиянием омрачения ментальных, мы как бы больше нарушаем объект, когда под влиянием других мыслей, то чуть меньше.

То есть как бы тут и пишется, что из-за гнева или лени. То есть напоминает о мотивации. Да, не отвечать на вопрос.

Рассказываю. Нарушение. Когда из-за гнева или лени, например, по этой мотивации, не даете надлежащего ответа человеку, задавшему вопрос искренним и доброжелательным образом.

Человек задает искренний вопрос, нормальный вопрос, доброжелательный, не наезжает ничего, а вы такие ой, короче, что-то лень отвечать такой длинный вопрос. Опять странно, запутанно как-то написано. Нет, отвечать не буду.

Или господи, да сколько можно? Человек постоянно странные вопросы задает. Я, короче, все, нет.

Бесит уже. Это мои типичные нарушения, да я тебе рассказываю. Этот обед касается любых вопросов, не только вопросов от армии.

Любые вопросы, кто бы вам ничего не спросил. А теперь длинный список нееме. Видите, какой длинный?

Я вам сейчас его не покажу. Я вам его скажу. А, я его покажу, потому что это ответ на домашку номер один.

Домашка номер один. Пять случаев, при которых вы не совершаете второстепенное нарушение, если не отвечаете на вопрос. Тут есть пять, плюс некоторые другие случаи.

Первое, когда, кстати, в основном они все касаются о преподавании или слушании дармы. Первое, когда мы преподаем дарму. Понятное дело, что там кому-то в телеграме я сейчас не отвечаю.

Или если я уже вовлечена в обсуждение дармы с другим человеком, а не тем, кто задал вопрос. Второе, если я пытаюсь вовлечься в серьезный разговор с кем-то, чтобы удовлетворить их потребности. Другими словами, я пытаюсь другому человеку помочь.

Я пытаюсь, например, Оле, помочь с какой-то ее задачей. И кто-то другой, третий, приходит и хочет, чтобы я ответила на его вопрос. Я не могу, потому что я занята с Олей.

Думаю, тут тоже все понятно. Третье, когда мы слушаем лекцию о дарме. Если кто-то нас отвлекает, ну, считается вообще не очень хорошая карма, потому что человек может услышать что-то важное для него, мы его отвлекли, мы его потенциально могли отвлечь от какой-то потенциальной реализации в его уме.

Или он не понял, например, какой-то предмет, запомнил, что для того, чтобы увидеть пустоту напрямую, надо, не знаю, съесть банан, например. И вот теперь есть бананы вместо того, чтобы медитировать. Четвертое, если это помешает кому-то другому, кто уже слушает лекцию о дарме.

То есть, допустим, вы не отвлекаете того, кто слушает лекцию о дарме, напрямую не спрашиваете его, но шумите рядом, например, шепчетесь что-то там, и тогда это мешает слушающему лекцию о дарме. И пятое, если вы боитесь, что это может расстроить учителя дармы, на чьем выступлении вы находитесь. И есть некоторые другие случаи, когда вы больны.

Это такое типовое на самом деле, типовое исключение для многих обетов. Если ваши обеты монаха требуют того, чтобы вы не отвечали, но у вас таких обетов нет. И есть еще тоже такое часто встречаемое исключение, что если можно не отвечать или можно нарушить этот обет, когда это преподаст ценный урок вопрошающего.

Для этого обычно надо обладать определенным набором характеристик, я бы туда не шла. А сейчас иди в чатик и Джопики спроси. Или в Клоде теперь.

У некоторых, да, Максим? Ну, мой пример нарушения этого обета, когда я реально долго в переписках не отвечаю, у меня есть такие переписки, где от меня долго кто-то что-то ждет, но я физически не могу удовлетворить потребности другого. Я как бы не боюсь, но как бы, наверное, стоит выделять в графике какое-то время, чтобы поотвечал всем, все, дальше едешь спокойно.

Или я могу игнорировать вопрос в надежде, что кто-то в другое место меня ответит. Чем больше ты отвечаешь в чатике, тем больше задавана раздумость.

[Говорящий 3] Когда какой-то конкретный, короткий раздумость, а когда постоянно ты на связи.

[Говорящий 1] Это зависит от модели коммуникации. Я, например, делаю свои слоты, где я сосредоточена на задачах и слоты коммуникации. То есть я как бы могу не всегда отвечать.

Но есть на такие вопросы, которые я не могу ответить сразу, и я себе кто-то в сейф сохраняю. Вроде бы на задачу это не тянет, чтобы писать себе в to-do-лист, но как бы провтыкать нигде не хочется. Я думаю, ну ладно, завтра отвечу, потом завтра отвечу, ну и, короче, так оно может висеть и висеть.

А человек ждет, может быть, он рассчитывал, что я ему отвечу. То есть как бы тоже не очень хорошо. Но тогда стоит написать, что слушай, я тебе отвечу через неделю или в следующем году, чтобы не ждали.

Или часто бывает в чате вопрос какой-то в групповом. Я такая, ладно, короче, я прочитала, но кто-нибудь другой ответит. Короче, вот.

Пятое. Девчонки, классный пункт. Пятое второстепенное нарушение.

И в дневнике, верно, 67-й. Не принять приглашения. Отныне, на всех вечеринках.

У меня обед. Я обязана прийти на твою вечеринку. Билета у меня нет.

Но ждите меня. Ладно, ладно. В дневнике это звучит так.

Отказываться принять искреннее приглашение. Искреннее. Если вас там в инстаграме позвали на какое-то мероприятие Women's Day или какое-то, то может быть, не всегда это нарушение, если вы не ответите.

Но в общем. Отказываться принять искреннее приглашение из-за гордыни, желания навредить, гнева или лени. Но в целом-то это относится к любым приглашениям.

Да, картинки это то приглашение, которое вы скомкали и выбросили. То есть кто-то, например, вас пригласил разделить с вами трапезу, поужинать, пообедать или что-то принять в дар, или что-то еще, но из-за там, ментальных омрачений, из-за таких мыслей вы не хотите. Или из-за других мыслей тех, которые не ментальные омрачения.

Исключение. Что? Олень это же то другое омрачение.

Оно во вторую категорию относится. Исключение. Заболели.

Теперь, девчонки, поводы не ходить на вечеринки. Список легитимных этих. Заболели.

Приняли другое приглашение. До свидания вас кто-то приглашает, тиндерявые. Я уже другое приглашение приняла.

Сорян. Это слишком далеко. Например, добираться вам сложно.

Вам опасно или трудно туда ехать. Вам надо понимать, это Древняя Индия. В некоторые места реально опасно и долго через какие-то лианы было пробираться.

Вдруг на свадьбу Максима приглашал, он не поехал. Вы знаете, что приглашающий делает это из-за каких-то недобрых намерений. То есть, если вы чувствуете, что это недостаточно искреннее или какие-то там злые умыслы есть, можете спокойно не ехать.

Или, может быть, у человека благие намерения, все хорошо, но у этого человека есть какие-то пороки или вещи, от которых вам стоит держаться подальше. Например, Гешла говорит, если у вас на вечеринке будут курить марихуану, может быть, можно и отказаться. И еще один принцип исключения, если это отвлечет вас от той добродетели, которой вы уже занимаетесь.

Я этим принципом всегда прикрываюсь, это мое лучшее прикрытие. Я такая, мне, кажется, осенью надо готовиться, ищу там что-то. Все.

Можно не идти тогда. Да. Ой, а все?

Как быстро заканчивается совершенство. Какое совершенство? Даяние, да.

Еще не конец, да. Максим расскажет после перерыва про...

[Говорящий 2] Я?

[Говорящий 1] Ааа. Вот так поворот. Хорошо.

Как-то необычно разделил. Неожиданно. Хорошо, тогда перерыв 10 минут до 11.55 и встречаемся в 11.55. То есть у всей аудитории. Что? Продолжаем наше совершенство. Чуть-чуть совершенств хотели ускользнуть, но не ускользнули.

Готовы? Девчонки, полезные слова на тибетском. Знаются.

Тут в Вене есть тибетцы. Если вдруг пойдете на свидание с тибетцем, будете знать, какие слова им говорить. Да, значит, сэр.

Сэр. Или сер. Не знаю, как даже правильно.

Сер или сэр. Золото. Ласопа.

И ласопа. Ласопа. Это означает и тому подобное.

Золото, да? Золото и тому подобное. То есть это значит деньги, всякие там вещи, любой ценный предмет.

Если кто-то приходит к вам, искренне предлагает что-то, какие-то материальные вещи, вы как истинный бодхисаттва говорите, конечно, я же храню свои обеты в чистоте. Вы как бодхисаттва должны с благодарностью это принять. Это особенно касается монахов, конечно, потому что в Индии им там, ну и в принципе монахам им не разрешается владеть деньгами, хранить деньги и так далее.

Даже прикасаться к деньгам. Но если вы бодхисаттва, то ваши обеты бодхисаттвы, они выше индивидуальных обетов свободы. В нашем случае они выше пяти пожизненных обетов мирян.

В случае с монахами они выше, чем монашеские обеты. Поэтому если это какая-то вещь, которая, вы понимаете, позволит другим живым существам, как-то поможет, то несмотря на то, что вы как монах не можете прикасаться к деньгам и тому подобное, или хранить какие-то ткани, вещи и еще что-то, вы все равно это принимаете, потому что это поможет другим существам. В дневнике номер 68 нарушение отказываться принять деньги или другие материальные блага, которые спонсор пытается нам дать из-за желания навредить дающему или гнева, или лени.

То есть, когда мы, не знаю, обидеть человека хотим, не надо мне твои подарки, вообще забирай, или когда гневаемся, или что-нибудь такое, и отказываемся принять любой вид материального богатства, который нам предлагает спонсор, мы как бы нарушаем этот обет. Но есть исключения. Предложение, подарки, исключения.

Исключения. Если вы понимаете, что вы привяжетесь к этой вещи после того, как получите, тогда увы. Если вы понимаете, что человек, который вам это дарит, подарит, а потом пожалеет, лучше отказаться.

Потому что считается, что когда человек что-то дает, делает и потом жалеет об этом, для него это очень плохая карма. Мы не хотим ставить человека в такое положение. Поэтому, чтобы избежать ситуации, где человек, например, в порыве эмоций, какого-то такого внутреннего куража, делает что-то классное, а потом жалеет, у нас есть такой обет.

И исключения в этом обете. Например, Гешела когда-то предложили квартиру в Нью-Йорке. Вы понимаете, сколько стоят квартиры в Нью-Йорке.

Это был очень искренний студент. Он говорит, вот вам надо наверняка на какие-то потребности. Гешела сказал, ты сперва подумай, чуть-чуть, полгодика, если ты не передумаешь и все еще будешь чувствовать, что ты так хочешь сделать, то мы готовы принять это в пользование, но ты все равно останешься владельцем этой квартиры.

Дальше. Какое еще исключение? Если вы считаете, что это может быть не принадлежащее этому человеку.

То есть он где-то стащил эту вещь и вам пытается ее поднести, подарить. Вы здоровы. Или если это поставит как-то дарителя в затруднительное финансовое положение.

Такой подарок. У меня была подружка и одноклассник, и они как-то начали встречаться, и он ей подарил тогда какой-то новый телефон, хотя он был из довольно бедной семьи, лишних денег у него не было, но он так хотел ее впечатлить и сделать какой-то подарок. Если ты подарил телефон, ты вообще красавчик, самый завидный жених, все.

И они только начали отношения, он хотел ее впечатлить, он ей подарил этот телефон, они через месяц разошлись, он потом от кредит по телефону выплачивал еще год. Поэтому если какой-то подарок, вы понимаете, что ставит другого человека в затруднительное финансовое положение, может быть, не стоит такой подарок принимать. Или если принятие подарка может привести к каким-либо проблемам.

Например, в Гешлоте приводят к примеру оружие. Не знаю, вам подарили пистолет или какое-то ружье, и теперь к вам боятся люди домой в гости приходить, потому что у вас на стене висит ружье или что-нибудь такое. Какие трудности он тебе принесет?

Ковровых клещей максимум. Или если подарок кому-то другому подарен. Тут Гешлот рассказывает длинную историю о том, что иногда люди жертвуют, что-то на храмы дарят.

По-моему, не на их организацию, а там у них в трех храмах было каких-то. И дарят подарок в общем, а потом они не знают, в какой конкретно из трех храмов это отправлять, потому что ты же не поделишь ковер на три части. То есть надо проверять, точно ли он не подарен другому храму, а предназначается именно этому храму.

В этом суть. И также в рамках этого обета важно подумать о карме человека, делающего вам подношения. То есть не надо думать всегда о себе.

Это возможность подумать еще о другом человеке. Какой человек эти семена сейчас сеет. Я думала, как в моей жизни эти обеты проявляются.

В частности, я могу не всегда хотеть какой-то кофе или чай, но когда я вижу, что искренне человек мне его приносит и он очень хочет мне дать или какую-то конфетку, даже если я не ем конфетку, я хотя бы чуть-чуть съем. Я стараюсь принять, потому что я понимаю, что таким образом это порадует этого человека и он будет считать, что он сделал классное дело. Или именно на прошлой неделе праздновала важное событие.

Мы с ней встретились. Она на эмоциях делится. Говорит, пойдём, я тебе кофе угощу.

А я перед этим выпила пол-литра протеинового коктейля. Но кофе мне уже не сойдет никуда. Говорю, Инна, я что-то не могу.

Она говорит, ну хотя бы конфетку какую-то выбери. Короче, мы погуляли с ней час. Я говорю, ладно, Инна, пошли в ту мороженую.

Через час мы сходили в ту мороженую. Я съела мороженое. За час как раз у меня все переварилось.

Я помню, очень на самом деле обидно, знаете, как бы это так сказать, в какой-то момент в своей АСИ карьеры вы поймете, что, может быть, вы хотите кому-то конкретно сделать какой-то важный подарок, какому-то учителю что-то поднести, и он может как бы это не принять. Это очень обидно ощущается. Я помню, мы, когда Джейбела приезжал на сутру сердца, у нас после этого была с ним встреча, и мы с Максимом принесли ему красный конверт.

Джейбела, пожалуйста, вам надо. Хорошую сумму туда положили. И он так как-то посмотрел и сказал, нет, я так думаю, вам это нужнее.

И, короче, мне захотел брать. Я помню этот момент. Это ощущается как будто тебя отвергли реально.

Но как это так? Не берет учитель от себя подарок. Это, короче, очень нехорошо ощущалось.

Но у нас есть хорошая традиция просить 3 раза или какие-то учения запрашивать 3 раза или подарок подносить 3 раза. И мы такие сразу, нет, нет, пожалуйста, возьмите, примите. Мы считаем, что...

И на второй раз он взял. И мы довольные были, особенно я. Но у меня было ощущение, что нам надо это подношение, это важный момент сделать это подношение.

Поэтому когда вам кто-то пытается сделать искренний подарок, принимайте, позаботьтесь о том, кто дает. Принимайте этот подарок. Чтобы у вас не было случая, когда вы потом кому-то хотите сделать важное подношение, кого видите особенным, а этот человек такой, не возьму.

И еще часто люди... Но это, наверное, уже касается... Вот я думаю, Оксан, может, тебе это будет тоже полезно.

Ну и в целом. Наверное, в вашей будущей тоже развития дарма карьеры. Часто люди...

У некоторых людей бывают такие резкие взлеты, они могут там заработать уйму денег, может быть, где-то не очень, не полностью честным путем, и потом они как бы пытаются не знаю, очистить свое имя или где-то что-то там внутри себя, какую-то галочку поставить, чтобы вот карму почистить. Да, они там начинают в церковь нести какие-то деньги, десятину, или в какой-то благотворительный проект, мол, вот как бы у меня есть деньги, я хочу вам пожертвовать крупную сумму денег. Ну как бы внутри у них есть вот эта мотивация, ощущение, что они не очень честно эти деньги получили.

Надо очень быть аккуратными, когда мы принимаем такие деньги, ну как бы надо думать о получать, о дающем не только в том ключе, какую карму он сеет, хорошую, но и как бы чтобы он плохую тоже не посеял. И желательно проводить расследование, если нам кто-то пытается большую сумму денег внезапно подарить, откуда у тебя эти деньги, а давай-ка об этом поговорим. То есть не надо короче, сейчас беру, несите чемоданы, гуляем на все 100.

Надо быть аккуратными. Вот Макс говорит, в Киеве 5000 кешем и что решили? Видите, какие полезные обеты?

Седьмое второстепенное нарушение. Не дать дарму, кто к ней стремится. 69 в дневнике.

Очень похоже на номер 30, не давать дарму из чувства собственности, но в номере 30 мотивация была, это коренное нападение, господи, коренное падение. Там мотивация была чувство привязанности, собственности, то есть вот это хочу себе, а тут другие мотивации. Гнев, зависть, лень и все такое.

То есть когда из-за желания нанести обиду, гнева, зависти или лень мы не даем дарму тем, кто к ней стремится. Исключение. Заболел.

Преподавать урок другому. Или студент пришел только чтобы вас покритиковать, вы это понимаете. Или, тут, кстати, написано сидят неправильно, но я не знаю, что такое сидеть правильно.

Что имелось в виду, Гешла не уточнял. Да. Питер Мёркл на лекции тоже повторяет, они сидят неправильно, и потом говорит, ну я смотрю на вас, вы, наверное, все правильно сидите.

Если вы знаете, что их это напугает или шокирует, можно не дать дарму в таком случае. Если вы знаете, что нет шансов у этого человека, никогда он это не поймет. Можно не дать дарму.

Если вы знаете, что эти люди не заинтересованы в том, что вы будете преподавать в теме вашего преподавания, или они глубоко погружены в плохие пагубные взгляды. Какой-то пример, кстати, он приводит, но если вы понимаете, что человек, не знаю, привык убивать мух, а вы ему скажете, не убивай мух, он назло вам начнет вот так вот перед вами, смотри, и эту, и эту, и эту, тогда, наверное, не надо такому человеку давать эти объяснения. Вопрос?

Да, исключения не те. А можете мне кто-то, может, Марина, сфоткать, а потом поправлю. Или еще одно исключение.

Спасибо. Вы думаете, что у них может появиться плохое отношение, и это только ухудшит ситуацию. Вот как бы все, что касалось совершенства даяния, но чтобы быть бодхисаттвой, нам надо практиковать и совершенство даяния, и совершенство нравственности, поэтому я передаю микрофон Максиму, а вам пока оставляю этот чудесный QR-код.

Напомню, что мы собираем на ELL, и мы собрали уже 30% суммы, поэтому если кто-то хочет успеть поучаствовать, присоединяйтесь. Спасибо. Спасибо.

[Говорящий 2] Окей. Мы закончили совершенство даяния. Ничего страшного нет.

Правда? Это в целом хороший образ жизни. На Машу я всегда смотрю.

Правильно, Маша? Ничего там нет? Отдавать свой автомобиль учителям, у которых ты принял обеты, иначе они тебя исключат.

Никаких странных вещей нет. Мы переходим к совершенству нравственности. Главная идея курса?

Кодексу жизни бодхисаттвы. И главная идея урока?

[Говорящий 3] Не было?

[Говорящий 2] Боже мой. Чтобы быть бодхисаттвой, нам нужно практиковать совершенство даяния и нравственности. О чем мы сегодня говорим, и о чем вы будете на группах Мудрости говорить.

Окей. Совершенство нравственности начинается с обета отвергать людей с запятанной моралью. Кто такие люди с запятанной моралью?

[Говорящий 3] Не обязательно.

[Говорящий 2] Которые что-то сделали очень, даже не очень хорошее. И вы об этом знаете, наверняка. Джетсон Капо приводит пример.

Тот, кто совершил один из пяти мгновенных проступков, например. У меня была история. Я помню, я был на фестивале.

Психологический, эзотерический фестиваль был в Тавале в Украине. В Харькове он проходил. Были разные мастер-классы по психологии.

И там у нас было упражнение на одном мастер-классе. Нужно было с завязанными глазами ходить. Человек 30, может быть, в большом зале.

И таким случайным людям просто рассказывать какое-то свое признание. Проступок какой-то очень страшный, которым ты никому никогда не рассказывал. А у нас, кстати, для этого есть практика наоборот рассказывать.

И я помню, кто-то рассказывал, что не изменил, что-то налоги не уплатил, своровал что-то. И один человек говорит, а я убил человека, переехал в другой город и скрываюсь теперь, чтобы меня не нашли. А у меня глаза закрыты.

Я помню, я так перепугался. Потому что это страшно вообще-то. С другой стороны, этот человек, он приехал куда?

Не в ночной клуб он приехал. Он приехал на фестиваль психологии и эзотерики личного развития. Значит, он хочет измениться.

Он что-то хочет исправить. И здесь имеется в виду не отвергать таких людей, не отворачиваться от них, что вот ты какой-то грязный, не хочу с тобой общаться. Я сегодня у Аломы Питера слушал занятия.

Он говорит, что типично, например, в школе, когда есть ребенок, у кого родители сделали что-то не очень хорошее. И этого ребенка, его вот так вот все не хотят с ним общаться. Это тоже сюда относится.

Почему, кстати, как вы думаете, почему нам не надо их отвергать? Это хороший нюанс. Они не обязательно хотят измениться.

Они не обязательно раскаиваются, тут говорится. Они не обязательно должны раскаиваться. Но они в тяжелом положении.

Знают они об этом или нет. Они натворили дел. Их ждут очень плохие последствия.

И они нуждаются в нашей помощи даже, может быть, больше, чем другие люди, у которых все хорошо, и их хорошие семена выведут в райбуд. Тут говорится, что в исключительных случаях мы можем это делать, чтобы преподать урок. Я с этим всегда очень аккуратен, с этими уроками.

Если вы будете точно знать, что это оно, тогда действуйте так. У меня таких случаев не было. Если сближение с этим человеком отвернет от вас многих людей, такое может быть.

Особенно публично. Если вы будете с кем-то, убийца, куча людей приходит, к примеру, на занятия наши по ACI, мы им даем микрофон, расскажи вообще принципы успеха. Это было бы странно.

Это могло бы отвернуть других людей, например, от этих курсов вообще ACI. Вот подобные примеры. И еще тут есть про негативное влияние.

Если вы чувствуете, что этот человек на вас оказывает очень сильное негативное влияние, вы не можете ему сопротивляться, поддаетесь его мировоззрению, привычкам, тогда вы можете от них дистанцироваться. Я хотел еще добавить от себя лично, не было этого в лекции, но я об этом объекте много думал последние лет 10, потому что такие люди регулярно, из-за того, что я руководитель АКМ, я все кейсы, где кто-то начал с большой сообщества, десятки тысяч людей, и это не обязательно, что все люди, только из-за того, что они заинтересовались курсами ACI, они святые. Нет у всех свои истории, есть люди, которые начинают одалживать деньги, потом пропадают, не возвращают их, у нас есть целая политика на целую страницу, не надо, пожалуйста, давать деньги в долг, спросите сначала

руководство АКМ, может этот человек уже набрал долгов у кучи людей и просто он не может их отдать, может не хочет, я не знаю, разные бывают случаи.

Я об этом много думал, потому что моя работа это предпринимать меры какие-то, политики выпускать, некоторым людям мы прямо говорим, что ты не можешь больше одалживать денег ни у кого в сообществе, прекращать сборы для некоторых людей, которые выглядят так, что злоупотребляют этим, и я думал о том, что я сам не святой, очень не святой человек, и я хочу сеять семена, что если я где-то что-то делаю неправильно, ошибаюсь, делаю плохие поступки, я хочу, чтобы от меня не отвернулись мои друзья, мои учителя, мне нужны эти семена. Я не хочу, не знаю, чтобы при первой сложности, может быть не первой, просто все люди от меня отвернулись.

И я думаю, что это семена для этого. Если вы хотите, чтобы вас поддерживали вне зависимости от того, в какое вы вляпались. Следующее.

Не следовать правилам, которые ведут других людей к развитию веры. Ребята, я не буду все перечислять на слайде, я надеюсь, что вы их почитаете, как и чтение. Эти слайды преимущественно на чтениях основаны.

Не следовать правилам, которые ведут других людей к развитию веры, это не совсем понятный принцип по его названию, его нужно объяснить. Если вкратце, имеется в виду вести такой образ жизни, который не пугает, не побуждает людей, которые верят в систему семян, курсы АСА, в добро, в любовь, сказать, если этот человек такие вещи делает, то я вообще буду обходить стороной Нойштигаса 108, чтобы просто рядом с ними не быть. То есть имеется в виду, вы стали известным духовным практиком, люди знают, что вы изучаете систему семян, тибетский буддизм, они знают, что у вас есть пожизненный обед и мирян, и тут они проходят по улице и видят, как вы сидите с бокальчиком красного сухого, еще нос у вас в белом порошке каком-то, пудра вероятно, то что они подумают вообще о вас, что они подумают о всей системе семян, об этом сообществе, ничего хорошего не подумают. Когда я готовился, я вспомнил про один пример, он не из нашей духовной традиции, но он для меня очень релевантный. В 2015 году вышел фильм «В центре внимания».

Не знаю, может быть, кто-то смотрел, я его смотрел плюс-минус в то время, он меня очень впечатлил. Этот фильм, он не документальный, но он основан на реальных событиях, с классными актерами, про расследование малолетних, детей, священнослужителями католической церкви, и как их покрывали. Это огромный был скандал, невероятный.

11 лет прошло, сейчас 26 год, он не утих ни капли, это осталось в культуре вообще навсегда. И для меня это вот о чем. Да, точно так же, как и в нашей системе семян, не все люди, которые сюда приходят, они святые.

Большинство хочет измениться, некоторые могут злоупотреблять доверием других людей, я такие случаи видел. И точно так же и в других духовных традициях это может быть. Я просто хочу прояснить, что я никаким образом не наезжаю на христианство или около того, это просто пример.

Но, какое мнение у, я не знаю, миллиардов, наверное, уже людей, которые слышали об этом скандале, сложилось о всей католической церкви, об этой духовной традиции и так далее. Ужасное мнение. Из-за какого-то там одной сотой процента священнослужителей, которые злоупотребляли властью, делали какие-то страшные вещи.

в исламе точно так же есть люди, которые что террористы, смертники, они просто взорвали себя вместе там с другими людьми, и что теперь люди все ислама боятся, да, опасаются. Не имею ввиду всех, всех людей, но многих. Многих.

И это точно так же, это очень обидно, потому что сама духовная традиция никакого отношения не имеет к этим людям. И точно так же у нас с вами есть ответственность вести нравственное общество. Вот об этом этот обед.

Десять этических принципов. Им следовать, быть примером для других людей, и делать так, чтобы, посмотрев на вас, они сказали, я таким быть не хочу. Буду обходить третьей стороной.

Тут будет вопрос про два вида проступков. Вот что это за два вида проступков. Первое, это те, которые были запрещены Буддой с целью сохранить хорошее мнение других людей, как практикующих, так и о тибетском буддизме в целом.

Это вопрос ДЗ. Номер три. Спасибо, Елена.

То есть, тут приводится пример избегать, к примеру, употребления алкоголя и других подобных веществ, посвященных санмонахам. Поскольку, если другие увидят их за этим занятием, это может их отвернуть от этой системы семян. И я привел примеры, даже если вы не монах, но люди знают, что у вас есть эти пожизненные обеты, все еще не прикольно, если вас застанут за употреблением алкоголя публично.

И второе, это проступки, которые были запрещены с целью ограничить деятельность человека. Классический пример монашеский, ну, на мой взгляд он касается нас с вами тоже, как мирян. Для монахов это включает накопление имущества, которое его отвлекает от практики.

Здесь говорится о том, что есть обет у монахов не хранить даже ткань, любую ткань, больше 10 дней, кажется, только если вы робы из нее собираетесь себе сшить. Суть этого обета в том, чтобы у монахов нет собственности. Суть в том, чтобы они не начинали накапливать собственность себе.

Потому что тогда они будут в тему сидеть в алиэкспрессе сутками там выбирать, потом после того, как они это купили, им надо это все где-то хранить, потом надо замки вешать на дома, потом они переживают, вдруг кто-то украдет, потерю я. То есть не накапливать имущество. Это второй вид таких правил.

То есть с целью ограничить деятельность человека. Следующий. С этим разобрались.

Следующий. Совершать действия, которые несут лишь меньшее блага всем живым существам. Есть очень много примеров и обетов, которые были для монахов созданы.

Мы с вами не монахи, не монахини. Однако, здесь классический пример будет, который Гешвилла приводит. Допустим, у монаха, не допустим, а у них есть эти обеты, не хранить ткань больше 10 дней, если они не собираются обу из нее пошить в течение этих 10 дней.

Но, допустим, кто-то дает монаху кучу ткани, и у него есть обеты бодхисаттвы, потому что то были обеты индивидуальной свободы. И с обетами бодхисаттвы, если этот монах понимает, что вообще-то я могу многим людям помочь, могу сшить одежду для бездомных, передать ее, может быть, в подарок людям, которые в нее нуждаются, и он ее будет хранить какое-то время для того, чтобы это сделать, то это не считается нарушением обета. Почему?

Потому что обеты, каждый следующий уровень, он является выше по приоритетам предыдущего. Это не означает, что мы, в общем, забыли вообще про 10 этических принципов и так далее, нету никакого конфликта обычно, но есть случаи, когда более высокие обеты и более высокая мотивация, они должны быть более приоритетными для сохранения, чем более низшие обеты, а конкретно обеты индивидуальной свободы. Опять же, это легко для монахов, потому что есть обеты с тканью.

Для нас, у которых есть 5 вот этих пожизненных обетов, я себе не очень много могу представить случаев, когда важнее сохранить принцип бодхисаттвы, чем эти. Но если такое будет, и мы об этом поговорим, если конкретный обет на эту тему, то мы должны приоритет ставить обетам бодхисаттвы. Не знаю, тот же пример, который я сам вспомнил, что Гешила, как монах, например, он должен был носить робы, и сейчас он должен, потому что это монашеский обет носить робы.

Но он их не носил, когда, например, работал в алмазной компании в Нью-Йорке, потому что у него были обеты бодхисаттвы, и с обетами бодхисаттвы он мог, следуя этим обетам, он мог помочь гораздо большему количеству людей, потому что в результате он написал книгу «Алмазный огранчик». Она завирусилась, стала суперпопулярной, про четыре шага. Лама Питер об этой книге узнал, Лама Мария узнала, они начали преподавать курсы СИАИ, я об этом узнал.

Мы с Ирой здесь продолжаем эту линию передачи, вы будете тоже продолжать эту линию передачи. И этого всего бы не случилось, если бы Гешила сказал «нет, я буду носить робы», его бы никто на работу даже не взял. И поэтому следовать более высоким обетам, когда есть какой-то конфликт, мы понимаем, что следование обетам бодхисаттвы поможет гораздо большему количеству людей, это и есть суть вот этого обета.

Тут также есть вопрос Дзэ на этот счет, следует ли бодхисаттве соблюдать эти два типа проступков, они говорятся, точно так же, как это делает последователь низшего пути? И вы уже видите на слайде ответ, то есть бодхисаттва должен соблюдать первый тип еще лучше, чем последователь низшего пути, а первый тип это вот эти, которые запрещены с целью хорошее мнение людей о системе семян поддерживать. Он должен быть супер примером, бодхисаттва должен быть просто неотразимым примером.

Но в случаях, когда это может принести пользу другим людям, бодхисаттва не должен придерживаться второго вида поступков, который означает, что ставить обеты бодхисаттвы выше обетов индивидуальной свободы. Он должен это делать. Если есть какой-то конфликт между ними.

По концентрическим кругам. Для меня это вообще о том, чтобы использовать свое время с пользой. Думать о том, то что я делаю, это реально приносит благо другим людям или пока я сижу в инсте, рилсы смотрю, в ютубе сижу, реально я это помогаю другим людям или нет.

Я об этом думаю по концентрическим кругам касательно этого обета. То есть, стараться делать то, что реально приносит благо другим существам. И не делать того, что не приносят.

Постепенно это будет происходить. Следующее. Следующее.

Не нарушить правила из сострадания. Это самый опасный обет из всех обетов Бодхисаттвы, говорит Геша Майкл, по-моему он цитирует Джецун Капу. И я тоже так считаю.

И он напрямую касается предыдущего обета. По сути, это экстремальная степень предыдущего обета. И суть его такая.

Когда придет время, мы обязаны это называется приступить через наши 10 этических принципов. И мы сейчас поговорим, о каких конкретно речь. Поставив в приоритет обеты Бодхисаттвы.

Значит, какие из 10 принципов этических можно приступить, сохраняя мотивацию Бодхисаттвы и храня обеты Бодхисаттвы? Как вы думаете? Можно ли кому-то солгать, потому что я следую обетам Бодхисаттвы.

Я реально стараюсь благо принести другим людям. Можно. Каким еще?

Кроме убийства. Хорошо. А что насчет?

Неправильное мировоззрение. Вряд ли можно поддерживать неправильное мировоззрение. Я буду верить, что вещи вот так происходят со своей стороны, чтобы помочь всем живым существам.

Это вряд ли. Как насчет еще каких принципов?

[Говорящий 3] Злорадство.

[Говорящий 2] Буду злорадствовать ради блага всех живых существ? Нет. Что еще?

Радость других. Оно и есть злорадство. В противоположной стороне.

[Говорящий 3] Зависть.

[Говорящий 2] Нельзя завидовать кому-то ради блага всех живых существ. В общем, это касается первых семи принципов этических и не касается последних трех, которые ментальные. И мы поговорим о каждом из них, чтобы сделать этот обет более понятным.

Потому что какая у него опасность? В любой непонятной ситуации я нарушаю свои первые семи этических принципов для блага всех живых существ. Меня пригласили друзья на вечеринку.

Там будут запрещенные вещества, но я туда пойду. У меня же есть обет не принять приглашение. Мы постараемся поподробнее в этом разобраться и подведем резюме этому обету.

В общем, про убийство. Есть классический пример, что Будда в прошлой жизни он был капитаном корабля. И на этом корабле было 500 людей.

И был человек, который решил поубивать их всех. То есть он решил такой бунт сделать, поубивать людей. И Будда в той прошлой жизни он уже имел ситхи читать мысли других людей.

Он это прочитал, что это реально ясно как белый день, что он собирается убить 500 человек. Из большого сострадания Будда лишил его жизни. Он его убил.

При этом переместил его сознание в высшие сферы. Теперь важный нюанс. Кем надо быть для того, чтобы лишить кого-то жизни?

Первое, вы должны быть... Он не был тогда Буддой. Это Будда был в прошлой жизни.

У вас должны быть ситхи переместить сознание человека в высшие сферы. У кого-то есть? Нет?

Я даже представить не могу, как это делается. Но я слышал на самом деле о том, что есть такие как-нибудь позже я вам поделюсь книжкой, где описывается человек, у кого есть такие ситхи. В общем, у Будды в прошлой жизни эти ситхи были.

У него также была возможность читать мысли другого человека. Он видел, что он замышляет. Для него это было очень ясно.

И он лишил его жизни. Если у вас есть такие ситхи, если вы можете переместить сознание в высшие сферы, если вы можете прочесть мысли другого человека, увидеть его кристально намерение, и вы понимаете, что то, что он совершит, это отправит его в нише, да и на очень долго. И вы можете его спасти таким образом, то вы обязаны предпринять это нарушение первого этического принципа.

Для всех остальных случаев, к которым относятся все абсолютно случаи, когда у вас нет этих ситх, вообще забудьте, не забивайте голову этим принципам. И это важно, и я делаю на этом супер акцент. Потому что есть один студент ACI, я вам рассказывал, что я поддерживаю ребят с ментальными расстройствами.

И у него биполярное расстройство. Это когда у тебя маниакальная фаза и депрессивная фаза. И он однажды попал в больницу, чтобы попасть в больницу, ему конкретно при этом расстройстве достаточно выпить там Red Bull, или не поспать нормально одну ночь, или там бутылку пива выпить.

Ну то есть в этот момент как бы нарушается стабильность твоей психики, или не высыпаться долго. Если комбинация факторов, то он сразу срывается. И болезнь вот эта берет его вверх.

И он мне звонил тогда, он мне периодически звонит. И когда он в нормальной фазе, когда у него есть режим дня, он не пьет, не курит, без энергетиков, без кофе, он вообще адекватный человек, он помогает, хороший парень очень. Но когда он не следит за собой, не принимает лекарства, и нарушает режим дня, то он срывается.

Такое было неоднократно. И он мне однажды звонит и говорит, что я подписываю контракт, он из России, он говорит, я иду на СВО, что я иду на войну. Я говорю, ты вообще в своем уме?

Тебя кто-то вынуждает это делать? Он говорит, нет, я вот сам доброволец. И я говорю, ты вообще знаешь, что у тебя обеты бодхисаттвы есть?

Как ты собираешься, что ты собираешься с этими обетами бодхисаттвы делать там? Он говорит, так у меня есть обет, не нарушить правила сострадания, я буду убивать, но я в общем, я все равно буду хранить эти обеты. В этом и есть их опасность, что можно так подумать легко.

И поэтому, конечно, я с ним поговорил, применил гневный режим. Он не поехал никуда, он в больнице был, он отлежался, все, поехал домой к маме, приходит в себя. И в этом и есть эта главная опасность, что можно подумать об этом обете.

Поэтому я очень четко хочу прояснить, если у вас нет ситх, перемещать сознание людей в высшей сферы. Я спросил, у тебя есть? Он говорит, у меня нет.

Супер, говорю. Маша, это хороший вопрос. Это значит, что ты можешь, для тебя сознание человека, оно как тапочек, и ты можешь этот тапочек запустить вверх, в высшие сферы.

В нашем случае в потолок. Да, то есть тапочек не должен вернуться. Вот если у тебя есть такие ситхи, сделать это не с тапочком, а с сознанием, я думаю, сложно представить вообще, как это.

Я не знаю, как это. Ты должна это сделать. Вы уже можете это сделать.

Вы уже можете это сделать. Это значит, например, здесь может быть, здесь не может, а здесь есть жаждущие духи. Прямо в этом помещении.

Потому что они просто невидимые для большинства. Вы, скорее всего, их видите. И вы, например, их сознание можете переместить в высшие сферы.

Потренируйтесь на жаждущих духов. Он там достигает просветления.

[Говорящий 3] То есть человек, который хотел уйти, у него было какое-то мерение, он уйдет в этот момент после смерти?

[Говорящий 2] Не говорится, как долго это занимает, как много времени это занимает. Это мгновенно обычно происходит. Но в этих высших сферах человек как бы, он уже на не знаю, на сколько финишной прямой, но он там ближе к просветлению, чем в водах.

В этом суть. Ребята, я не буду супер в детали вдаваться, потому что это вам не поможет. На мой взгляд сейчас.

Мне в том числе. Я просто хотел сделать супер кристально ясным условия, при которых об этом вообще есть смысл думать. И если у вас нет этих ситх, то вообще забудьте и не вспоминайте об этом.

Второе. Вот тут написано. Не нарушить обет из сострадания.

Перемещать людей в высшую перемещать сознание в высшую сферу. Это классная ситхи, но это не является самоцелью. Ни одной ситхи.

Второй этический принцип. То есть в каком случае можно украсть что-то из сострадания. Вот тут Гешила приводит хороший пример.

Кто-то украл из монастырей много вещей и вы их забрали обратно. То есть вы их украли у этого человека обратно. Это было бы хорошим примером.

У вас есть кто-то, кто украл что-то из монастырей? Вы можете это забрать обратно? Нету?

Тоже тогда расслабляемся, никого не касается. Тогда это сейчас. Третий этический принцип.

Можно с кем-то переспать из сострадания? С кем-то женатым? Мне говорили, что можно.

Но в нашем случае Джетсон Капа говорит, что для монахов вообще исключения нету, нету никакого сострадания. Я думал, какой может быть пример? У меня иногда есть типа глупые мысли, которые у меня возникают.

Например, приставили бы ним пистолет к голове и сказали если ты, не знаю, не переспишь с этой девушкой, убьют вас обоих, ваших родителей, детей там, все. Что бы я делал в этом случае? Я не знаю, у меня такой ситуации не было.

Я надеюсь, не будет. Я думаю, речь идет о какой-то подобной ситуации, если вы в ней не оказались. Пожалуйста, не надо ни с кем вступать в сексуальные отношения, если вы в отношениях сами или он в отношениях.

Хорошо, Владимир? Я шучу. Я шучу.

Так, четвертый, ложь. Вот я какой пример придумал. Во время Второй мировой войны, вы знаете, что в Европе прятали евреев.

Да. Детей и просто взрослых. И есть много фильмов на самом деле об этом.

К вам приходит немецкий офицер, спрашивает вы прячете евреев? Вы говорите, нет, не прячу. Это не нарушение обета, потому что вы хотите человеку сохранить жизнь.

Не убивать евреев. Это оба хорошие намерения. Это не считается...

В данном случае в этой конкретной лекции не говорится, но в других лекциях я знаю, что это называется приступать через обеты, через низшие обеты. Это не называется нарушением. Это означает приступить через.

В том смысле, что ты сохраняешь обеты бодхисаттвы, но переступаешь через обеты индивидуальной свободы. В крайних случаях, которые я перечисляю, это не просто можно, это нужно сделать. Но это крайний случай, и обычно мы с ними в жизни не сталкиваемся.

Но если вы с ними столкнетесь, то вы должны сохранять более высокие обеты бодхисаттвы. Пятый этический принцип. Соединяющая речь.

Гешила приводит пример, что есть, например, сообщество людей, которые следуют за очень опасным учителем. Опасным, который в смысле хочет плохие вещи сделать. Я, например, думаю про Чарльза Мэнсона.

Это в Америке парень, который создал свой культ, и они вместе убивали других людей. Есть фильм однажды в Голливуде с Леонардо Ди Каприо и Брэдом Питтом. Он про...

Ну, в конце, по крайней мере, он про этого парня. Если вы хотите из такой опасной... из такого опасного сообщества людей вывести, разъединить их каким-то образом, чтобы они не стали убивать других людей или другие опасные вещи делать, то считается, что вы должны постараться разъединить это сообщество.

Вы переступаете через принцип соединяющей речи, то есть вы разъединяете людей, но для того, чтобы они не поубивали друг друга или других людей или что-то в этом роде. Шестой этический принцип – грубая речь. Например, грубо скорректировать ребенка или накричать на него, когда он под машину собирался выбежать, или выбежал, а вы его спасли, чтобы он запомнил навсегда.

Что у вас в этот момент в сердце, когда вы это делаете, кстати? Любовь, сострадание об этих чьих-то. Не злость, Маша.

Седьмой этический принцип – пустая речь. Я подумал, может быть, может быть, есть человек, которому вы хотите помочь, он очень расстроен, и он с вами 10 минут говорит о какой-то ерунде, которая вообще не имеет смысла. Вам это понятно, вы его не прерываете, не переводите беседу, потому что вы хотите помочь ему просто успокоиться, не знаю, с родителями может быть такое бывает, чтобы потом вывести диалог в конструктивное русло.

Это тоже не будет считаться нарушением, наоборот, вы должны так сделать. Теперь резюме. Если вы сейчас на занятии у нас с Ирой, а вы здесь находитесь, или онлайн слушаете, или потом будете слушать онлайн, и я об этом преимущественно переживаю, потому что эти записи, кто-то их будет слушать, вероятно, лет через 20.

Если вы столкнулись с такой ситуацией, пожалуйста, напишите нам и проконсультируйтесь. Я в такой ситуации, похоже, мне надо переступить через обеты индивидуальной свободы, 10 этических принципов, а конкретно 7, 7 из 10. Опишите конкретную ситуацию и посоветуйтесь, не принимайте решения сами.

С другими тренерами АКМ, может быть, тоже проконсультируйтесь. Но если вы себя считаете нашими студентами, то консультируйтесь с нами. Пятый вопрос Дамашки.

Опишите, каким человеком вы должны быть, чтобы нарушить одно из правил для тела и речи и сострадания при определенных чрезвычайных обстоятельствах? Вы должны быть бодхисаттвой, который очень хороший знаток пути, практикующий на протяжении миллионов лет, обладающий великим состраданием, искусственными навыками и видящим, что нет никакой другой альтернативы. Это важно.

Альтернативы нет. Следующий обед. Второстепенное нарушение.

Получать средства к существованию неправильным способом. А конкретно от Арии Нагарджины. Притворство.

Например, вы кем-то притворяетесь, чтобы получить деньги. Иисусом, не знаю, я подумал, может, вы притворяетесь Иисусом. Или Мессией.

Хотите, чтобы люди вам давали деньги. Такие есть. На Нетфликсе куча расследований про таких ребят.

Или здесь приводится пример, вы пытаетесь себя хорошо вести при виде спонсоров. Особенно это для монахов, потому что они зависят от спонсоров. Но, я не знаю, потенциально и ваши клиенты.

И вы с ними, значит, такой весь бодхисаттва, приходите домой, кричите на мужа, бьете детей и так далее. Это притворство. Лесть.

Вы говорите кому-то приятные вещи в надежде, что они вам что-то дадут. Например, вы молодой парень, усыпаете комплиментами состоятельную даму, чтобы она вам дала денег, подарила красивые часы. Никто не спрашивает, что я привел пример с парнем, а я привел, потому что здесь все девушки.

Если бы я привел пример с девушками, то еще бы меня сексистом посчитал бы кто-то. А я привожу пример с парнем. Намеки.

Четвертое. Намекать кому-либо, что вы нуждаетесь или хотите, что-либо в надежде, что вам это дадут. Кстати, я все эти пять делал все свое детство с родителями.

Притворство, лесть, намеки, принуждение, заманивание. Все. Я рассказываю.

Мам, если смотришь это так, я рассказываю. Но во взрослом возрасте это уже не очень, правда? То есть вы говорите с человеком и намекаете ему, вот, у меня, конечно, телефон уже сломался, вот бы мне новый айфон, так было бы здорово.

И вы понимаете, что он вам его вообще-то может подарить вполне. Намеки называется. А ты, Маша, думала, это руководство к действию?

Наоборот. Ну, видишь как, если, ну, не знаю, вы, вы находитесь в отношениях, и ты говоришь, что вот тебе было бы здорово цветы, если бы ты мне подарил. В принципе, это какой-то не намек, это практически просьба, да, это просьба.

Я не знаю, я думаю, надо здравый смысл тоже включать. Но если вы в отношениях Иры мне намекаете, что вот было бы здорово купить билеты в Малайзию на Гешила, то уже здорово не затягивать. Это одна история.

Но если я так буду делать с, не знаю, потенциальными клиентами или спонсорами, вот было бы здорово, что бы у нас купили что-нибудь. Четвертое принуждение, например, шантаж, насилие и другие манипуляции, давление, да, что бы человек вам что-то дал, что у него есть. И пятое заманивание, то есть вы кому-то даете небольшой подарок в надежде, что вам взамен что-то дают в существе.

Особенно раньше в Индии такая была традиция, люди обменивались, мне кажется, и сейчас есть. Подарками каждый следующий должен быть дороже предыдущего. И мастер Бадхи Бхадра также добавляет, что сюда входит торговля алкоголем, оружием, шелком или животными, выемка грунта или вспахивание земли без какой-либо заботы о живых существах.

Это не до конца понятный для меня принцип, но имеется в виду, что, конечно, живые существа страдают, когда кто-то вскапывает землю. И в целом любой вид деятельности, наносящий вред другим. Это домашка номер 6.

Следующее. Второстепенное нарушение забываться и действовать безумно называется. Здесь имеется в виду тратить время в пустую, не быть серьезным.

Опять же, Инстаграм, ТикТок, все вот эти наши лучшие друзья, они сюда относятся. Исключение. Когда вы боретесь за прекращение этого...

Просто чтобы он отвлекся от суицидальных мыслей или депрессивных. Вы боретесь за то, чтобы перестать это делать. Чтобы увести другого человека от плохого поступка, например, предлагаете ему сходить в кино, какой-нибудь глупый фильм, просто чтобы он не делал какую-то ерунду.

Может, у него зависимость какая-то есть, наркотическая, алкогольная или игры компьютерные или... Гэмблинг. В общем, какая-то зависимость, вы его хоть чем-то пытаетесь отвлечь.

Чтобы создать лучшее окружение для людей, чтобы привлечь людей в буддизм, которые иначе не придут. Например, сходить с кем-то в кафе, угостить его... Кстати, что это такое?

То есть вы какое-то может не суперполезное дело делаете, имею ввиду, деятельностью занимаетесь, но вы хотите таким образом, чтобы человек, не знаю, расслабился немного и потом, может, он на изйя курс придет. Следующее. Думать, что вы вынуждены всегда странствовать под цикл жизни и страданий.

В общем, это откладывать свое собственное просветление. У вас таких идей нету, наверное, но это одна из распространенных идей, что можно отложить свое просветление, пока другие не станут просветленными. Имеет ли это смысл, как вы думаете?

Потому что другие происходят в ваших семьях. Когда вы станете просветленными, все остальные тоже станут просветленными в этот день. Думать, что я так больше помогу другим людям, если я отложу свое просветление.

Не поможете. По концентрическим кругам. Что сюда можете относиться, как думаете?

В откладывание просветления. Откладывать практики, медитации, йоги, изучение курсов и так далее. Домашки, когда-нибудь потом.

По концентрическим кругам. Хорошо. В правильных ответах говорится, что это не означает, что бодхисаттва будет откладывать свое просветление, чтобы помочь другим.

Потому что просветленное существо может бесконечные тела отправлять для оказания помощи всем нуждающимся. Скорее это означает, что после того, как бодхисаттва как можно быстрее достигнет просветления, он будет получать удовольствие от появления или создания видимости рождения в цикле жизни и страданий. Из радостного сострадания, не из кармы элементарных омрачений, чтобы помочь другим.

Это навсегда, кстати, закрывает дебат по поводу того, Далай-Лама, к примеру, который уже у нас 14-й, он просветленное существо, которое вернулось в Сансару или как? Нет, просветленное существо не возвращается в Сансару, но они могут отправлять свою эманацию, то есть это и есть просветленное существо, чтобы нам помочь. При этом для Далай-Ламы это может быть и есть рай Буд, где он находится, а все остальные, включая меня, по крайней мере, в этом раю могут не находиться.

У нас осталось еще 2. Следующее. Не положить конец слухам о себе.

Да? Нет? Не положить конец слухам о себе.

Ну, к примеру, вас кто-то обвиняет, что вы воруете. И это становится известно, что вас, в общем, в этом обвинили. И вы просто умалчиваете, ничего об этом не говорите, хотя понимаете, что ваша репутация падает, ваши последователи от вас отворачиваются и так далее.

Ваша задача записать видео на Ютуб и сказать все руки. Ваша задача развеять эти слухи. Когда вы запишите видео на Ютуб, а его опубликуете или проведете эфир, пресс-конференцию дадите, означает ли это, что все люди вам поверят?

Не означает. Значит ли это, что у вас есть обед, за каждым бегать и просить? Обещаю, честное слово, посмотри, ну посмотри.

Нет. Поэтому о Геши Майкле, как о публичном человеке, в интернете очень много разной ерунды, трэша. И Гешила вообще никак не занимается тем, чтобы с этим работать.

И он другим запрещает. Потому что у нас с Марией был проект по тому, чтобы вывести в топ Гугла в англоязычном, особенно в сегменте, классный сайт о Геши Майкле, где рассказывается, чем он занимается. И Гешила просто запретил нам это делать.

И Мария сказала, что проект мы останавливаем. При этом Гешила написал, и я вам рекомендую его почитать, это называется в общем свою краткую автобиографию. И он ее назвал эссе для моих друзей, у которых есть вопросы.

И он реально написал, она есть на сайте АКМ, на classicwisdomacademy.com Она длинная. Я не знаю, сколько там листов от 4. Это классное чтение.

Я вам рекомендую прочитать. Я сам ее переводил. Гешила описывает свою жизнь вообще.

Как все сложилось, где он учился, где он родился, куда он поступил в Принстон, как он работал, как он стал монахом. И т.д. И т.п. Очень интересная история. И она автобиографична.

И это его способ закрыть вот эти слухи о себе. Он рассказал все, как было. Кто хочет, верит. Кто не хочет, не верит. Он не бегают ни за кем и не пытается переубедить. И у нас такой же обет есть.

Если у вас есть какие-то слухи, кто-то может подозревает, что вы деньги воруете, дармы. Ваша задача прийти, сделать какое-то публичное заявление или с этим человеком один раз поговорить, сказать, нет, я не ворую. Вот у нас финучет.

Вот, пожалуйста, Оксана поделись ссылкой на нашу таблицу. Вот прозрачно все балансы по кошелькам. Мы никаких денег дармой не присваивали.

Все. Конец дискуссии. И последний обет нравственности.

Не исправлять других, когда это должно быть сделано решительным способом, называется. Это классный принцип. И он о том, что иногда, не то, что иногда, не так много людей, которые любят конфликтные ситуации.

Я в их числе. Я не люблю ни с кем ссориться, ругаться. Это вообще не мой способ коммуникации.

Однако есть случаи, когда человека нужно остановить, когда он делает опасные вещи. Это тоже мы вчера об этом говорили. Это этот гневный режим.

К примеру, вы видите, что ваш сотрудник не знаю, получает большую зарплату и при этом он ничего не делает, просто мается какой-то ерундой или он, не дай бог, еще подворовывает что-то где-то. В этот момент вы должны с ним поговорить. И поговорить жестко.

Если надо, его уволить. Я помню, у меня есть объект недвижимости. Это 16 квартир, который был дом, мы его реконструировали в 16 квартир, до сих пор есть.

Они сдаются в аренду. И у нас был прораб. И он меня начал кормить завтраками.

Вот мы завтра там все доделаем, все будет класс. И у нас постоянно растет смета, и сроки постоянно задерживаются. И я уже тогда был в системе семян.

Я старался быть всегда вежливым. Мне тогда вообще было сколько? Было 10 лет назад приблизительно.

Мне было 24 года. Я такой молодой парень. Он уже вообще ни один объект построил.

Ему там лет 55 было к тому времени. Я просто понимаю, что он начал с меня вить веревки, пользоваться моей какой-то наивностью юношеской. И я помню, я готовился к этим разговорам, переговорам с ним.

Я приехал на объект. Я готовился. И я жестко на него наехал.

Я матом его просто покрыл. Старался сохранять любовь и сострадание в сердце. Бодхичитта в сердце.

Но я понимал, что он очень по опасной дорожке. Я подозревал, что он подвородывает у нас, врет постоянно. И я с ним поговорил.

Поговорил жестко. Что вы думаете? Он сказал.

Максим, чего же вы сразу так не сказали? Теперь мне все понятно. Хорошо, все будет вовремя.

Смету я обновлю, постараюсь исследовать. И стало все гораздо лучше с тех пор. Это его язык любви, видимо, был.

Но так бывает. Бывает, что люди делают какие-то вещи опасные для себя или для других. И просто стоять в сторонке и игнорировать это не деятельность бодхисаттвы.

Иногда нужно с человеком поговорить, уволить его или жестко поговорить. И это и есть вот этот момент. Окей.

Я вовремя. Мы сегодня поговорили про обеты совершенства даяния и совершенства нравственности. Какая у нас главная идея курса?

Чтобы сделать себя счастливыми, нам нужно... Да, можете сфоткать слайд, если хотите. Или преза будет на платформе.

Вы ее увидите. Вот о чем мы поговорили сегодня. И главная идея урока у нас какая?

Чтобы быть бодхисаттвой, нам нужно практиковать совершенство даяния и нравственности. Спасибо. Орг объявления?

Боже, какая великолепная презентация. Еще? Что, мы хотели сертификаты выдать?

Мы хотим выдать сертификаты за данные курсы. Проектор можно выключить? Марина, можешь выключить, пожалуйста?

Два раза нажать на выкл... Мы это транслируем? Давай транслировать, хорошо.

Итак, на импровизированную сцену приглашается человек, который сдал курс номер два буддийское прибежище, курс номер четыре... шесть сутра алмазного огранщика. И все, больше ничего не сдал?

Так мало. Я шучу. Оксана приглашается на сцену.

Оксана, молодец. Два сертификата. Давайте сфоткаете нас.

Кто сфоткает? Алла, сфоткаешь?

[Говорящий 1] Кто?

[Говорящий 2] Поздравляем, Оксана. Отличная работа, молодец. Так держать.

Также на эту импровизированную сцену приглашается Ирина за курс номер шесть сутра алмазного огранщика. Ирина, поздравляем тебя. Супер, отличная работа.

Первый курс твой?

[Говорящий 1] Да, это первый, который я сдала.

[Говорящий 2] Поздравляю. Отличная работа. Погоди, не уходи.

Иди сюда, Ирина. Тяжелая традиция. Ты знаешь, что это за книга?

Это книга, которую написал Гешила, это биография Джи Цункапе, который основатель нашей передачи ГИЛП. Очень невероятная книга. Рекомендую ее прочесть.

Она о вообще его жизни, кем он был, чем он занимался, в разных ролях. И обычно это такая традиция, человек, у которого день рождения, он открывает эту книгу на случайной странице, тыкает в случайное место и читает предсказания себе на следующий год. Мы подумали, что мы тебе это хотим сделать.

Я тебе все расскажу. Смотри, я буду листать эту книгу с конца. Ты только не смотри закрытыми глазами.

Закрытыми глазами ты определим страницу, и после того, как определишь страницу, можешь место выбрать. Можешь сама открыть. И выбирай место.

Супер. Значит, Ирина выбрала, я вам покажу, это монастырь, и обычно мы читаем следующую страницу. И вот, что написано на следующей странице, Ирина.

Драгоценности, которые даруют тебе каждое желание.

[Говорящий 1] Оригинальные инструкции для...

[Говорящий 2] В общем, что тут говорится. Во-первых, тебе даровано драгоценность, которая воплощает твои желания на следующий год. Это первое.

И второе, тут намекается, что, может быть, ты захочешь заняться рисованием.

[Говорящий 3] Между прочим...

[Говорящий 1] Если уж так, у тебя тоже... У вас тоже было день рождения. И это первая футболка с рисунками авторской медитации, которые я нарисовала.

У меня их уже очень много, но я ни одну не сделала. Благодаря моей КП Маше. Это была первая футболка, которую мы напечатали, и я хочу, чтобы она хранилась у вас.

Спасибо. Так как это первое такое заявление, и я хочу посвятить это, чтобы мечты, желания и креативность всех живых существ воплощалась в реальность.

[Говорящий 2] Может, этот проект у тебя пойдет. Спасибо. Класс.

Можно развернуть?

[Говорящий 1] По поверхности.

[Говорящий 2] Класс.

[Говорящий 1] Рисунок этот касался моей медитации, которая касалась моего отца. Потому что солнце ощущается, отцовская страна. Я рисую такие фигурки, они сами ко мне приходят в медитации, и я думаю, что они не просто приходят.

[Говорящий 2] Спасибо, Ирина. Шанаптес. Enlightened and still with you.

Просветленный и все еще с тобой. Просветленный и все еще с нами. Спасибо, Ирина.

Сфоткай себе страничку. С днем рождения, Ирина. Хорошо.

У нас перерыв до двух, и потом группа мудрости, где мы будем обсуждать все эти чудесные обеты. Хорошо?