

# ОЧИЩЕНИЕ КАРМЫ И ВАШИ ДАЛЬНЕЙШИЕ ДЕЙСТВИЯ

ВСЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ, БУДЬ ТО ФИЗИЧЕСКИЕ, ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ИЛИ ДУХОВНЫЕ, ЯВЛЯЮТСЯ РЕЗУЛЬТАТОМ НЕГАТИВНОЙ КАРМЫ ИЗ ПРОШЛОГО.

ЭТИ КАРМИЧЕСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ ПРОЯВЛЯЮТСЯ В НАШИХ ТЕКУЩИХ ПРОБЛЕМАХ И СОСТОЯНИЯХ ЗДОРОВЬЯ.

ОДНАКО, ПРОСВЕТЛЕННЫЕ УЧАТ О МЕТОДАХ ИСЦЕЛЕНИЯ, КОТОРЫЕ ПОМОГАЛИ ЛЮДЯМ ПРЕОДОЛЕТЬ ЭТИ БОЛЕЗНИ И ПРОБЛЕМЫ.

ИСЦЕЛЕНИЕ ЗАКЛЮЧАЕТСЯ В ТОМ, ЧТО  
КАЖДЫЙ ИЗ НАС ВОЛЕН  
ОЧИСТИТЬ СВОЙ ПОТОК СОЗНАНИЯ

ЭТО ДОСТИГАЕТСЯ ПУТЕМ ПРЕКРАЩЕНИЯ ОТРИЦАТЕЛЬНЫХ ПОСТУПКОВ И АКТИВНОГО ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ.  
ВАЖНО ПРОЯВЛЯТЬ ДОБРОДЕТЕЛЬНОСТЬ В СВОИХ ПОСТУПКАХ.

## КАРМА НЕ ТОЛЬКО НАПОЛНЯЕТСЯ

«НИЖНИЕ» КАНАЛЫ ОПУСТОШЕНИЯ КАРМЫ ВСЕ ВРЕМЯ ОТКРЫТЫ.  
КАК ТОЛЬКО ПРИТОК КАРМЫ БЛОКИРУЕТСЯ,  
«СОСУД» КАРМЫ СРАЗУ ЖЕ НАЧИНАЕТ ОПУСТОШАТЬСЯ.

*ЗНАЯ МЕХАНИЗМЫ НАПОЛНЕНИЯ И ОПУСТОШЕНИЯ «СОСУДА КАРМЫ»,  
ЧЕЛОВЕК МОЖЕТ СОЗНАТЕЛЬНО КОНТРОЛИРОВАТЬ ЕГО НАПОЛНЕНИЕ  
И ТЕМ САМЫМ РЕГУЛИРОВАТЬ СВОЮ СУДЬБУ И ЗДОРОВЬЕ.*

ЧЕЛОВЕК МОЖЕТ ОБЛЕГЧАТЬ КАРМУ,  
НЕ ДОВОДЯ ЕЁ УРОВЕНЬ ДО ТЯЖЕЛЫХ ПОСЛЕДСТВИЙ.

## ПОМОГАЮТ ОЧИСТИТЬ «СОСУД»

СЛЕДУЮЩИЕ 4 КАНАЛА:

1. ПРЕДНАМЕРЕННЫЕ (СОЗНАТЕЛЬНЫЕ) ДЕЙСТВИЯ
2. ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ЧЕРТЫ ЛИЧНОСТИ
3. ВНЕШНИЕ ВЛИЯНИЯ
4. ВЫПОЛНЕНИЕ КАРМИЧЕСКОЙ ЗАДАЧИ

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ:

СЛЕДОВАНИЕ ПРИНЦИПАМ, ОСТАВЛЕННЫМ НАМ ПРЕДКАМИ:

5 · ПРИНЦПОВ РЭЙКИ

6 · ПАРАМИТ

7. СРЕДСТВА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ, СПОРТ, МАССАЖ

8 · СТУПЕНЕЙ ЙОГИ

9. АЛГОРИТМЫ УЛУЧШЕНИЯ

10. ОБУЧЕНИЕ

## 1 КАНАЛ

### СОЗНАТЕЛЬНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

*ВКЛЮЧАЮТ В СЕБЯ ТОЛЬКО ТЕ ДЕЙСТВИЯ, КОТОРЫЕ ОТВЕЧАЮТ ТРЕБОВАНИЯМ ВЫСШИХ СИЛ. А НЕ ТЕ, КОТОРЫЕ СЧИТАЮТСЯ ПОЗИТИВНЫМИ ОБЩЕСТВЕННЫМ МНЕНИЕМ. ИНОГДА ОНИ ПРЯМО ПРОТИВОПОЛОЖНЫ.*

ТАКИЕ ДЕЙСТВИЯ ВКЛЮЧАЮТ В СЕБЯ  
**СОЗНАТЕЛЬНЫЙ ОТКАЗ ОТ НЕКОТОРЫХ ЗЕМНЫХ ЦЕННОСТЕЙ,**  
К КОТОРЫМ ЧЕЛОВЕК ИСПЫТЫВАЕТ ЧРЕЗМЕРНОЕ ВЛЕЧЕНИЕ.

НАПРИМЕР, БРОСИТЬ КУРИТЬ ЧЕРЕЗ ГОДЫ ПРИВЫКАНИЯ К ЭТОМУ ПРОЦЕССУ. ИЛИ ОТКАЗ ОТ ПЕРЕЕДАНИЯ ПРИ БОЛЬШОЙ ЛЮБВИ К ЕДЕ. ИЛИ СМЕНА РАБОТЫ.

*КРОМЕ ТОГО, СЮДА ЖЕ ОТНОСЯТСЯ*

- ПРОЯВЛЕНИЯ СОЧУВСТВИЯ,
- МИЛОСЕРДИЯ,
- БЕСКОРЫСТНОГО СЛУЖЕНИЯ СВЕТЛЫМ ЦЕЛЯМ,
- БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ
- И ПОДОБНЫЕ ПОСТУПКИ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА БЛАГО ДРУГИХ ЛЮДЕЙ.

## 2 КАНАЛ

### ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ЧЕРТЫ ХАРАКТЕРА

ВТОРОЙ КАНАЛ ДЛЯ РАЗРУШЕНИЯ КАРМЫ  
- ЭТО ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА, ТАКИЕ КАК

ДОБРОТА, ДОБРОДУШИЕ, ЖИЗНЕРАДОСТНОСТЬ, ОПТИМИЗМ И Т.Д.

ЧЕЛОВЕК МОЖЕТ "ЗАЦЕПИТЬСЯ" ЗА ЧТО-ТО ЗЕМНОЕ, НО БЛАГОДАРЯ ПРИРОДНОМУ ДОБРОДУШИЮ И ОПТИМИЗМУ ЕГО «СОСУД КАРМЫ» НИКОГДА НЕ ПЕРЕПОЛНЯЕТСЯ.

### 3 КАНАЛ (ВНЕШНЕЕ) ВЛИЯНИЕ ТРЕТЬИХ ЛИЦ

ЧЕЛОВЕК МОЖЕТ ОБРАТИТЬСЯ К ХОРОШЕМУ ЦЕЛИТЕЛЮ, ОН ПРИМЕНИТ СРЕДСТВА (НАПРИМЕР КАРМИЧЕСКИЙ ОТКУПНОЙ РИТУАЛ, КОРРЕКЦИЯ КАРМИЧЕСКОГО КАНАЛА), И "ОПУСТОШИТ" ЧАСТЬ ИЗ "СОСУДА КАРМЫ". ТО ЖЕ САМОЕ МОЖНО СКАЗАТЬ И О РЕЛИГИОЗНЫХ РИТУАЛАХ ОЧИЩЕНИЯ.

**ЕСЛИ СИСТЕМА ОШИБОЧНЫХ УБЕЖДЕНИЙ ЧЕЛОВЕКА ОСТАЕТСЯ ПРЕЖНЕЙ, ТО ВЕРХНИЕ КАНАЛЫ НАПОЛНЕНИЯ ОСТАЮТСЯ ОТКРЫТЫМИ И СОСУД КАРМЫ ВСКОРЕ СНОВА НАПОЛНИТСЯ.**

### 4 КАНАЛ ВЫПОЛНЕНИЕ КАРМИЧЕСКОЙ ЗАДАЧИ

ЕСЛИ ЧЕЛОВЕКУ ДАНЫ СПОСОБНОСТИ, ОН ДОЛЖЕН ИСПОЛЬЗОВАТЬ ИХ НА БЛАГО ЛЮДЕЙ, ДАЖЕ ЕСЛИ ЭТО СВЯЗАНО С ФИНАНСОВЫМИ И ДРУГИМИ ТРУДНОСТЯМИ.

ЕСТЬ МНОГО ПРИМЕРОВ ТАКОГО ОТНОШЕНИЯ К ЖИЗНИ. УЧИТЕЛЯ, МЕДИЦИНСКИЙ ПЕРСОНАЛ, ИСТОРИКИ, ПИСАТЕЛИ, БИБЛИОТЕКАРИ, УЧЕНЫЕ И ЛЮДИ МНОГИХ ДРУГИХ ПРОФЕССИЙ ЧАСТО РАБОТАЮТ ЗА СИМВОЛИЧЕСКУЮ ПЛАТУ.

НО ЭТА РАБОТА ИМ ПО ДУШЕ, Т.Е. ОНИ ВЫПОЛНЯЮТ СВОЮ КАРМИЧЕСКУЮ ЗАДАЧУ. ИМ ЭТО НРАВИТСЯ, ОНИ НЕ ХОТЯТ ОТ ЭТОГО ОТКАЗЫВАТЬСЯ, НЕСМОТРИ НА ТРУДНОСТИ И НЕВЗГОДЫ.

### ОПРЕДЕЛЕНИЕ ВАШЕЙ КАРМИЧЕСКОЙ ЗАДАЧИ

*ОРИЕНТИРОВОЧНО ВАШИ КАРМИЧЕСКИЕ ЗАДАЧИ МОЖНО ОЦЕНИТЬ С ПОМОЩЬЮ [ОРАКУЛА ВРЕМЕНИ](#), В КОТОРОМ ПЕРЕЧИСЛЕННЫ ОСНОВНЫЕ ОБЛАСТИ ДЛЯ УСПЕШНОГО ПРИЛОЖЕНИЯ ВАШИХ СИЛ В ТЕКУЩЕЙ ЖИЗНИ.*

ДОВОЛЬНО МНОГО ЛЮДЕЙ ДЕЛАЮТ ВЕЩИ, КОТОРЫЕ НЕ ЯВЛЯЮТСЯ ТЕМ, ЧТО ОНИ ДОЛЖНЫ БЫЛИ ДЕЛАТЬ. ПОЭТОМУ ОНИ ИСПЫТЫВАЮТ НЕОБЪЯСНИМОЕ РАЗДРАЖЕНИЕ, АПАТИЮ, УПАДОК СИЛ, Т И Т.Д. ЭТО СОСТОЯНИЕ НАЗЫВАЕТСЯ "СИНДРОМОМ ХРОНИЧЕСКОЙ УСТАЛОСТИ".

Люди часто испытывают тягу к какому-то виду деятельности, и если человек делает то, к чему его тянет, значит, у него все получается и он доволен своей судьбой.

**ТАКОЕ ВОСПРИЯТИЕ МИРА ЯВЛЯЕТСЯ ПОКАЗАТЕЛЕМ ВЫПОЛНЕНИЯ ЧЕЛОВЕКОМ СВОЕЙ КАРМИЧЕСКОЙ ЗАДАЧИ.**

Если человек под влиянием родственников или друзей, воспитания или придуманных им идеалов идет против того, к чему тянет его интуиция, то начинается накопление его кармы по этому каналу.

Человек испытывает неудовлетворенность жизнью, у него развивается повышенная обида, раздражительность или гнев и т.д.

А так как нет удовлетворенности жизнью, личная жизнь и здоровье расстраивается.

ЧЕТВЕРТЫЙ КАНАЛ ОЧЕНЬ ВАЖЕН,  
НО РАБОТАЕТ ОН НЕ У ВСЕХ ЛЮДЕЙ.

Чем больше наполнен «сосуд кармы» на момент ухода из прошлой жизни, тем с большим количеством кармических задач человек сталкивается в этой жизни.

Некоторые люди приходят на землю с почти пустым «сосудом кармы» и не имеют особых обязательств в этой жизни. Другие люди уже «отработали» свою кармическую задачу выбрав себе профессию по душе.

## **ШЕСТЬ ДОБРОДЕТЕЛЕЙ (СОВЕРШЕНСТВ)**

**ЩЕДРОСТЬ | НРАВСТВЕННОСТЬ | ТЕРПЕНИЕ  
УСЕРДИЕ | МЕДИТАЦИЯ | МУДРОСТЬ**

КАЖДАЯ ИЗ ЭТИХ ДОБРОДЕТЕЛЕЙ ИЛИ КАЧЕСТВ ЯВЛЯЕТСЯ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ТРАНСЦЕНДЕНТНОЙ, ЕСЛИ ОНА ОБЛАДАЕТ ЧЕТЫРЬМЯ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ:

- УНИЧТОЖАЕТ СВОЮ НЕГАТИВНУЮ ПРОТИВОПОЛОЖНУЮ СТОРОНУ
- УСИЛЕНА МУДРОСТЬЮ, Т.Е. ОНА СВОБОДНА ОТ КОНЦЕПЦИЙ
- ПРИВОДИТ К ВЫПОЛНЕНИЮ УСТРЕМЛЕНИЙ ВСЕХ СУЩЕСТВ
- ПРИВОДИТ ДРУГИХ К ПОЛНОМУ СОЗРЕВАНИЮ ИХ ПОТЕНЦИАЛЬНОСТИ

ТРУДНЫЕ СИТУАЦИИ, КОТОРЫЕ ВЫ ПЕРЕЖИВАЕТЕ, ПОМОГУТ ВАМ ОЧИСТИТЬ НЕГАТИВНОСТИ, НАКОПЛЕННЫЕ ВО МНОГИХ ПРОШЛЫХ ЖИЗНЯХ, И СОБРАТЬ ЗАСЛУГУ ДЛЯ ГЯДУЩИХ ЖИЗНЕЙ, КОТОРАЯ ПОДОБНА ПРОВИЗИИ. ОНИ ОПРЕДЕЛЁННО БУДУТ ОБЛАДАТЬ СМЫСЛОМ.

## 1. СОВЕРШЕННАЯ ЩЕДРОСТЬ

**ЩЕДРОСТЬ – ЭТО ЕСТЕСТВЕННОЕ ВЫРАЖЕНИЕ АЛЬТРУИСТИЧЕСКОГО УМА, СВОБОДНОГО ОТ ПРИВЯЗАННОСТИ.**

ЕСЛИ ВЫ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ЩЕДРЫЙ, ВЫ БУДЕТЕ СВОБОДНЫ ОТ ВСЕХ ТРУДНОСТЕЙ, И БУДЕТЕ ВЛАДЕТЬ БОГАТСТВОМ, КОТОРОЕ ВАМ БУДЕТ НЕОБХОДИМО ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ АЛЬТРУИСТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ, ВПЛОТЬ ДО ПРОСВЕТЛЕНИЯ.

МОТИВАЦИЯ, КОТОРАЯ ЛЕЖИТ ЗА АКТОМ ДАЯНИЯ, ИМЕЕТ РЕШАЮЩЕЕ ЗНАЧЕНИЕ.

ОСОЗНАВАЙТЕ ВСЕ ВЛАДЕНИЯ КАК ПОДОБНЫЕ СНОВИДЕНИЯМ ИЛИ ИЛЛЮЗИИ, ОТДАВАЙТЕ ИХ КАК ПОДНОШЕНИЯ ИЛИ КАК БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ, БЕЗ ПРИВЯЗАННОСТИ.

### СУЩЕСТВУЕТ ТРИ ТИПА ЩЕДРОСТИ

#### ДАЯНИЕ МАТЕРИАЛЬНОГО.

*БЕЗ ОГЛЯДКИ И БЕЗ СОЖАЛЕНИЯ. ЕСЛИ ПОДНОШЕНИЕ БЫЛО СДЕЛАНО С ЧИСТЫМ НАМЕРЕНИЕМ, ЕГО РАЗМЕР НЕ ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЯ.*

#### СПАСЕНИЕ ЖИЗНИ, И ЗАЩИТА СУЩЕСТВ ОТ СТРАХА.

*СЛЕДУЙТЕ ПРИМЕРУ ВЕЛИКИХ, КОТОРЫЕ СПАСЛИ ТЫСЯЧИ ДОМАШНИХ ЖИВОТНЫХ ОТ УБИЙСТВА, ПОКУПАЯ ИХ И ОСВОБОЖДАЯ, УБЕЖДАЯ ЛЮДЕЙ БРОСИТЬ ОХОТУ И РЫБАЛКУ, ОБРЕСТИ МИЛОСЕРДИЕ ПО ОТНОШЕНИЮ К ЗАКЛЮЧЕННЫМ, ПРИГОВОРЕННЫМ К СМЕРТИ, И УМИРОТВОРЯЯ КРОВАВЫЕ МЕЖДОУСОБИЦЫ.*

#### ДАЯНИЕ ДХАРМЫ.

ДЕЛАТЬ ВСЕ ВОЗМОЖНОЕ, ЧТОБЫ ЗВУКИ УЧЕНИЯ ДХАРМЫ ЗВУЧАЛИ В МЕСТАХ, ГДЕ ОНИ НЕ БЫЛИ СЛЫШНЫ ДО ЭТОГО. ПРИНОСИТЕ ЛЮДЯМ ДХАРМУ ТАКИМ ОБРАЗОМ, ЧТОБЫ ОНИ МОЛИ ПРИМЕНЯТЬ ЕЕ НА ПРАКТИКЕ.

### СУЩНОСТЬ ЩЕДРОСТИ – НЕПРИВЯЗАННОСТЬ

**ЗАПРЕДЕЛЬНАЯ ЩЕДРОСТЬ – ЭТО ЩЕДРОСТЬ, КОТОРАЯ СВОБОДНА ОТ ТРЕХ ОГРАНИЧИВАЮЩИХ КОНЦЕПЦИЙ, Т.Е. ПРИВЯЗАННОСТИ К СУЩЕСТВОВАНИЮ СУБСТАНЦИОНАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ ДАЮЩЕГО, ПРИНИМАЮЩЕГО И АКТА ДАЯНИЯ.**

**БЫТЬ СВОБОДНЫМ ОТ ТАКИХ КОНЦЕПЦИЙ – ЭТО ОПРЕДЕЛЕННО СОВЕРШЕНСТВО, В ЭТОМ СЛУЧАЕ ЩЕДРОСТЬ, РАБОТАЕТ КАК ПРИЧИНА ПРОСВЕТЛЕНИЯ.**

## **2. СОВЕРШЕННАЯ НРАВСТВЕННОСТЬ**

**НРАВСТВЕННОСТЬ – ЭТО ОСНОВА ВСЕЙ ПРАКТИКИ. ОНА ПРЕДОСТАВЛЯЕТ ПОЧВУ, НА КОТОРОЙ МОГУТ БЫТЬ КУЛЬТИВИРОВАНЫ ВСЕ ПОЗИТИВНЫЕ КАЧЕСТВА.**

**КОГДА ВАША ПРАКТИКА ПРОДВИГАЕТСЯ СТУПЕНЬ ЗА СТУПЕНЬЮ, ОБЕТЫ НЕ ОТБРАСЫВАЮТСЯ, НО СКОРЕЕ ПРЕОБРАЗУЮТСЯ, СЛОВНО ЖЕЛЕЗО В ЗОЛОТО.**

**ВООДУШЕВЛЕННЫЙ МОТИВАЦИЕЙ, УЧЕНИК ЧРЕЗВЫЧАЙНО ВЫРАСТАЕТ В СВОЕЙ СИЛЕ. ОН ДОСТИГАЕТ ВЫСШЕЙ ТОЧКИ В НРАВСТВЕННОСТИ, СУТЬ КОТОРОЙ В ПОДДЕРЖАНИИ ОБЕТОВ.**

**ПРИ ОТСУТСТВИИ НРАВСТВЕННОСТИ НЕТ ВОЗМОЖНОСТИ ОБРЕСТИ ДАЖЕ ВРЕМЕННОЕ СЧАСТЬЕ ОСВОБОЖДЕНИЯ ОТ СТРАДАНИЙ ИЛИ ОКОНЧАТЕЛЬНОЕ БЛАЖЕНСТВО ПРОСВЕТЛЕНИЯ.**

**НРАВСТВЕННОСТЬ, ЕСЛИ ВЫ МОЖЕТЕ ПОДДЕРЖИВАТЬ ЕЁ, ЯВЛЯЕТСЯ ИСТОЧНИКОМ БЛАЖЕНСТВА; НО ЕСЛИ ВЫ НАРУШАЕТЕ ЕЁ, ОНА СТАНОВИТСЯ ИСТОЧНИКОМ СТРАДАНИЯ.**

### **СУЩЕСТВУЕТ ТРИ ТИПА НРАВСТВЕННОСТИ**

#### **ПЕРВОЕ,**

**ОСТАВИТЬ ВСЕ ДЕЙСТВИЯ, КОТОРЫЕ ВРЕДЯТ КАК ВАМ, ТАК И ДРУГИМ.**

#### **ВТОРОЕ,**

**ПРЕДПРИНИМАТЬ ПОЗИТИВНЫЕ ДЕЙСТВИЯ, ПРАКТИКУЯ ШЕСТЬ СОВЕРШЕНСТВ.**

#### **ТРЕТЬЕ,**

**ДЕЛАТЬ ВСЕ ВОЗМОЖНОЕ, ЧТОБЫ ПРИНЕСТИ БЛАГО ДРУГИМ, В ИХ НЫНЕШНЕЙ И БУДУЩЕЙ ЖИЗНЯХ.**

ОСВОБОДИТЕСЬ ОТ ПРИВЯЗАННОСТИ И СТРАСТИ, ПОМНИТЕ БЕЗОШИБОЧНОСТЬ КАРМИЧЕСКОГО ЗАКОНА ПРИЧИНЫ И СЛЕДСТВИЯ, РАЗМЫШЛЯЙТЕ НАД СТРАДАНИЯМИ САНСАРЫ И СЛЕДУЙТЕ НАСТАВЛЕНИЯМ ТРЁХ ТИПОВ ОБЕТОВ.

**В СУЩНОСТИ, НРАВСТВЕННОСТЬ – ЭТО ОБЛАДАНИЕ МИРОЛЮБИВЫМ, УСМИРЕННЫМ И АЛЬТРУИСТИЧНЫМ УМОМ.**

### **3. СОВЕРШЕННОЕ ТЕРПЕНИЕ** СУЩЕСТВУЕТ ТРИ ВИДА ТЕРПЕНИЯ

**ПЕРВЫЙ –**

ПЕРЕНОСИТЬ БЕЗ ГНЕВА ЛЮБОЙ ВРЕД, КОТОРЫЙ МОГУТ ПРИЧИНИТЬ ВАМ СУЩЕСТВА.

**ВТОРОЙ –**

СНОСИТЬ БЕЗ ПЕЧАЛИ ЛЮБЫЕ ТРУДНОСТИ.

**ТРЕТИЙ –**

ВСТРЕЧАТЬ БЕЗ СТРАХА ГЛУБИННЫЙ СМЫСЛ И БЕЗГРАНИЧНОСТЬ.

ЧТО КАСАЕТСЯ ПЕРВОГО,

*КОГДА ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ, ЧТО ВАМ КТО-ТО НАНОСИТ ВРЕД, ПРИПОМНИТЕ, ЧТО ВРЕД, КОТОРЫЙ ЧЕЛОВЕК МОЖЕТ ПРИЧИНЯТЬ ВАМ (ИЛИ КОМУ-НИБУДЬ, КТО ВАМ ДОРОГ) – ЭТО ПРЯМОЙ РЕЗУЛЬТАТ ТОГО, ЧТО ВЫ САМИ ВРЕДИЛИ ДРУГИМ В ПРОШЛОМ.*

*ПОРАЗМЫШЛЯЙТЕ НАД ТЕМ, ЧТО ЭТОТ ЧЕЛОВЕК ПОБЕЖДЕН ИЛЛЮЗИЕЙ, ЧТО ОН ИЛИ ОНА КАК БУДТО ОДЕРЖИМЫ, И НЕ СПОСОБНЫ ПРОТИВОСТОЯТЬ, НАНОСЯ ВАМ ВРЕД. В РЕЗУЛЬТАТЕ ЭТОГО ЗЛА, ОН ИЛИ ОНА БУДУТ ВЫНУЖДЕНЫ СТРАДАТЬ В БУДУЩЕЙ ЖИЗНИ. КОГДА ВЫ ПОДУМАЕТЕ, КАК ЭТО БУДЕТ УЖАСНО, ВЫ СКОРЕЕ ПОЧУВСТВУЕТЕ ТОЛЬКО ПЕЧАЛЬ И СОЖАЛЕНИЕ, ЧЕМ ГНЕВ.*

*ПОМНИТЕ ТАКЖЕ, ЧТО ЕСЛИ ВЫ ТЕРПЕЛИВО ПРИНИМАЕТЕ ЭТОТ ВРЕД, МНОЖЕСТВО ВАШИХ ПРОШЛЫХ НЕГАТИВНЫХ ДЕЙСТВИЙ БУДЕТ ОЧИЩЕНО, И ВЫ НАКОПИТЕ КАК ЗАСЛУГУ, ТАК И МУДРОСТЬ. БОЛЕЕ ТОГО, ИЗ ЭТОГО СЛЕДУЕТ, ЧТО ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ПОЯВЛЯЕТСЯ, ЧТОБЫ НАВРЕДИТЬ ВАМ, ДЕЛАЕТ ДЛЯ ВАС ВЕЛИКОЕ ОДОЛЖЕНИЕ, И ЯВЛЯЕТСЯ ВАШИМ ДУХОВНЫМ ДРУГОМ.*

РАССМАТРИВАЯ ВСЕ ПОДОБНЫЕ СИТУАЦИИ, ТАКИМ ОБРАЗОМ, ТРЕНИРУЙТЕСЬ НЕ РАССТРАИВАТЬСЯ, КОГДА ВАМ ВРЕДЯТ, НЕ ИСКАТЬ ОТМЩЕНИЯ, И НИКОГДА НЕ ИСПЫТЫВАЙТЕ НЕПРИЯЗНЬ.

ЧТО КАСАЕТСЯ ВТОРОГО ВИДА ТЕРПЕНИЯ.

МОЖЕТ ТАК ПРОИЗОЙТИ, ЧТО ВАМ ПРИДЕТСЯ ПЕРЕНОСИТЬ БОЛЕЗНИ, ИЛИ СТРАДАНИЯ ОТ ЖАРА, ХОЛОДА, ГОЛОДА ИЛИ ЖАЖДЫ. ОДНАКО ЭТИ КРАТКОВРЕМЕННЫЕ СТРАДАНИЯ ПОМОГУТ ВАМ ОЧИСТИТЬ ВАШИ ПРОШЛЫЕ НЕГАТИВНЫЕ ДЕЙСТВИЯ И В ДОЛГОСРОЧНОМ ДОСТИГНУТЬ ИСКОМОЕ СОСТОЯНИЕ.

ТРЕТИЙ ТИП ТЕРПЕНИЯ –

ОБЛАДАНИЕ ГЛУБОКИМ, ВНУТРЕННИМ БЕССТРАШИЕМ, ЧТОБЫ БЫТЬ ГОТОВЫМ, ИЗ СОСТРАДАНИЯ, МНОГО ЭОНОВ РАБОТАТЬ НА БЛАГ СУЩЕСТВ, И ВСТРЕЧАТЬ БЕЗ КАКОГО-ЛИБО СТРАХА ВЫСОЧАЙШИЕ ИСТИНЫ УЧЕНИЯ – ТО, ЧТО ОКОНЧАТЕЛЬНО ВСЕ ЯВЛЕНИЯ АБСОЛЮТНО ПУСТЫ ПО СВОЕЙ ПРИРОДЕ, ЧТО ПУСТОТА ВЫРАЖАЕТСЯ КАК СВЕТЯЩАЯСЯ ЯСНОСТЬ, ЧТО СУЩЕСТВУЕТ ПРИРОДА, КОТОРАЯ НЕ ЯВЛЯЕТСЯ СОСТАВНОЙ, И АБСОЛЮТНАЯ ИСТИНА ЗА ПРЕДЕЛАМИ ДОСТИЖЕНИЯ ИНТЕЛЛЕКТА.

ЕСЛИ ВЫ БОИТЕСЬ ПРИНЯТЬ РЕАЛЬНОСТЬ ПУСТОТЫ, И КРИТИКУЕТЕ ПРАКТИКИ, ВЫ ГОТОВИТЕСЬ К ВАШЕМУ СОБСТВЕННОМУ ПАДЕНИЮ В НИЖНИЕ МИРЫ. ЭТИ ИСТИНЫ НЕ ЛЕГКИ ДЛЯ ПОНИМАНИЯ, НО ЭТО ПРЕДЕЛЬНО ВАЖНО ПОПЫТАТЬСЯ СХВАТИТЬ ИХ ИСТИННОЕ ЗНАЧЕНИЕ, И НЕ ИМЕТЬ НЕГАТИВНОГО ВОЗЗРЕНИЯ ОТНОСИТЕЛЬНО НИХ.

**ЭТИ ТРИ ВИДА ТЕРПЕНИЯ ДОЛЖНЫ БЫТЬ РАЗВИТЫ С ПОМОЩЬЮ МУДРОСТИ И ИСКУСНЫХ СРЕДСТВ. ПРАКТИКА ТЕРПЕНИЯ СУЩНОСТНАЯ, С ЕЕ ПОМОЩЬЮ ВАМИ НИКОГДА НЕ ОВЛАДЕЕТ ГНЕВ, НЕНАВИСТЬ И ОТЧАЯНИЕ.**

ОДНАЖДЫ ВСТУПИВ НА ПУТЬ, В ЛЮБЫХ СИТУАЦИЯХ ВАШЕ СЕРДЦЕ ДОЛЖНО БЫТЬ, НАПОЛНЕНО ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНОСТЬЮ КО ВСЕМ СУЩЕСТВАМ.

НЕТ ЗЛА ПОДОБНОГО ГНЕВУ,  
АСКЕТИЗМА СРАВНИМОГО С ТЕРПЕНИЕМ.

ЕСЛИ ЦЕЛЫЙ МИР ПОЛОН ВРАГОВ, ВЫ МОЖЕТЕ НЕ ПРИЧИНЯТЬ ВРЕДА, СТОЛЬКО, СКОЛЬКО БУДЕТЕ ДЕРЖАТЬ ЛЮБЯЩУЮ ДОБРОТУ И ТЕРПЕНИЕ В ВАШЕМ УМЕ.

*КОГДА ВЫ СТАЛКИВАЕТЕСЬ С ПУГАЮЩЕЙ АРМИЕЙ ЭМОЦИЙ,  
ОБЛАЧИТЕСЬ В ПРОЧНЫЕ И ПРЕВОСХОДНЫЕ ДОСПЕХИ ТЕРПЕНИЯ;  
НЕПОВРЕЖДЕННЫЕ ОРУЖИЕМ ГРУБЫХ СЛОВ И МСТИТЕЛЬНЫХ УДАРОВ,  
ВЫ ПРОЙДЕТЕ СКВОЗЬ НИХ.*

## 4. СОВЕРШЕННОЕ УСЕРДИЕ

*ЕСЛИ ДАЖЕ СТРЕМИШЬСЯ ЛИШЬ К СОБСТВЕННОМУ, ВЫКАЗЫВАЕШЬ ТАКОЕ УСЕРДИЕ, СЛОВНО ГАСИШЬ ОГОНЬ НА ГОЛОВЕ,  
ТО ПРИЛАГАТЬ УСЕРДИЕ ВО БЛАГО ВСЕХ СКИТАЛЬЦЕВ ЯВЛЯЕТСЯ ИСТОЧНИКОМ ДОСТОИНСТВ.*

ЧТОБЫ ПРОБУДИТЬ И РАЗВИТЬ ВСЕ СОВЕРШЕНСТВА, УСЕРДИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЖИЗНЕННО НЕОБХОДИМЫМ.

УСЕРДИЕ – ЭТО РАДОСТНОЕ УСИЛИЕ И АКТИВНАЯ РЕШИМОСТЬ ОСУЩЕСТВЛЯТЬ ПОЗИТИВНЫЕ ДЕЙСТВИЯ, БЕЗ КАКИХ – ЛИБО ОЖИДАНИЙ ИЛИ САМОУДОВЛЕТВОРЕНИЯ.

### УСЕРДИЕ БЫВАЕТ ТРЕХ ВИДОВ

ПЕРВЫЙ ВИД, НАЗЫВАЕМЫЙ УСЕРДИЕ ПОДОБНОЕ БРОНЕ, ЯВЛЯЕТСЯ РАЗВИТИЕМ РАДОСТНОЙ ОТВАГИ И СТОЙКОСТИ, КОТОРУЮ ВЫ НОСИТЕ СЛОВНО БРОНЮ, ПРОТИВОСТОЯЩУЮ УПАДКУ ДУХА.

ЭТО ПАНЦИРЬ СИЛЬНОЙ И БЕССТРАШНОЙ РЕШИМОСТИ, ДЛЯ ТОГО ЧТОБЫ ВЫ НИКОГДА НЕ ПАЛИ ДОБЫЧЕЙ ПРЕПЯТСТВИЙ, СОЗДАННЫХ НЕГАТИВНЫМИ ЭМОЦИЯМИ,  
ПРИВЯЗАННОСТЬЮ К УДОБСТВАМ,  
ФИЗИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ,  
И СМЕРТЬЮ,  
НО ПРОДОЛЖАЛИ, ВО ЧТОБЫ ТО НИ СТАЛО, СВОИ УСИЛИЯ ПО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ.

ВТОРОЙ ВИД – ЭТО УСЕРДИЕ В ДЕЙСТВИИ, КОТОРОЕ НАЧИНАЕТСЯ С ПРАКТИКИ НАКОПЛЕНИЯ ЗАСЛУГ И ПРОХОДИТ ЧЕРЕЗ ВСЕ ШЕСТЬ СОВЕРШЕНСТВ, БЕЗ ЗАДЕРЖКИ ИЛИ ПРОМЕДЛЕНИЯ.

НЕПОКОЛЕБИМОЕ УПОРСТВО В ДЕЙСТВИТЕЛЬНОМ ПРИМЕНЕНИИ ЭТОГО ЖЕЛАНИЯ. ЧУВСТВО ВЕЛИКОЙ РАДОСТИ БЫТЬ СПОСОБНЫМ ПРАКТИКОВАТЬ. ВЫ С ЭНТУЗИАЗМОМ СОВЕРШАЕТЕ БЕСКОНЕЧНЫЕ ДОБРОДЕТЕЛЬНЫЕ АКТИВНОСТИ, ОСОБЕННО В ИЗУЧЕНИИ, РАЗМЫШЛЕНИИ И МЕДИТАЦИИ.

ВОВЛЕЧЕННЫЕ ВО ВСЕ ЭТО, ВЫ ПОДДЕРЖИВАЕТЕ НЕУКРОТИМОЕ БЕССТРАШИЕ И НИКОГДА НЕ ПАДАЕТЕ ЖЕРТВОЙ РАЗОЧАРОВАННОСТИ, ЛЕНИ ИЛИ ПРОМЕДЛЕНИЯ.

ТРЕТИЙ ВИД – ЭТО УСЕРДИЕ, КОТОРОЕ НЕ МОЖЕТ БЫТЬ ОСТАНОВЛЕНО, НЕОСЛАБЕВАЮЩАЯ ЭНЕРГИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА БЛАГО ДРУГИХ. УСЕРДИЕ ДОЛЖНО ПРОНИЗЫВАТЬ ПРАКТИКУ ДРУГИХ ПАРАМИТ, И УКРЕПЛЯТЬ ИХ.

День и ночь, вовлеченные всеми возможными способами, прямо или косвенно, в своих мыслях, словах и поступках, в заботу о благополучии существ. Если вы не способны непосредственно принести им благо, вы не должны держать в уме никаких мыслей, кроме мыслей о благе других, и посвящать все что вы делаете тому, чтобы они обрели состояние просветления. Сохраняйте решимость постоянно продолжать трудиться, вплоть до достижения вашей цели.

Каждый из этих трех видов усердия имеет свою противоположность в соответствующем виде лени.

**Первый вид лени** – ·склонность ко сну · склонность к праздности · желание немедленного удовлетворения и · желание комфорта.

Это вид лени – желание только лишь своего собственного комфорта и ничего больше.

· Противоядие от этого – медитация на смерть и непостоянство.

**Второй тип лени** – малодушие.

Вы чувствуете уныние даже до того, как начали пытаться делать что-нибудь.

· Противоядие – это укрепить стойкость размышлением о благах освобождения и просветления.

**Третий тип лени** – пренебрежение вашими истинными приоритетами.

Вы становитесь застрявшими в негативных и непродуктивных привычках. Забывая или игнорируя более глубокие цели, вы остаетесь занятыми лишь делами, ограниченными этой жизнью.

· Противоядие – это осознание, что все подобные мирские заботы неизменно являются причинами только лишь страдания, после чего необходимо отбросить их прочь.

Для того, чтобы увеличить свое усердие размышляйте о том насколько все непостоянно. Смерть неизбежна и может прийти внезапно и очень скоро. Подумайте насколько, в таком свете, поверхностны и неглубоки заботы этой мирской жизни и насколько свободными вы.

## 5. СОВЕРШЕННАЯ МЕДИТАЦИЯ

ОДНОНАПРАВЛЕННО ПРЕБЫВАТЬ,  
ЭТО НАЗЫВАЕТСЯ СОВЕРШЕННОЕ СОСРЕДОТОЧЕНИЕ.

ИССЛЕДУЙТЕ ТЕЛО, РЕЧЬ И УМ,  
И ВЫ ОБНАРУЖИТЕ, ЧТО УМ – ЭТО НАИБОЛЕЕ ВАЖЕН ИЗ ЭТИХ ТРЕХ.

ЕСЛИ ВАШ УМ В СОВЕРШЕНСТВЕ НАТРЕНИРОВАН В ПОДДЕРЖАНИИ ПОКОЯ И ГЛУБИНЫ, ВАШЕ ТЕЛО И ВАША РЕЧЬ БУДУТ ЕСТЕСТВЕННО СЛЕДОВАТЬ ЗА ВАШИМ УМОМ.

ДО НАСТОЯЩЕГО ВРЕМЕНИ ВАШ УМ, СЛОВНО НЕУГОМОННАЯ ОБЕЗЬЯНА, БЕСПРЕРЫВНО БЕГАЛ ЗА ФОРМАМИ, ЗВУКАМИ, ЗАПАХАМИ, ВКУСАМИ И ОЩУЩЕНИЯМИ ВО ВНЕШНЕМ МИРЕ И ЗА МЫСЛЯМИ И ЧУВСТВАМИ ВО ВНУТРЕННЕМ.

ОДНАКО ВЫ МОЖЕТЕ НАУЧИТЬСЯ КОНТРОЛИРОВАТЬ ЕГО, ПОДДЕРЖИВАЯ ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ И БДИТЕЛЬНОСТЬ.

КОГДА ВЫ ДЕЛАЕТЕ ТАК, ОБУЧЕНИЕ, РАЗМЫШЛЕНИЕ, И МЕДИТАЦИЯ ИНТЕГРИРУЮТСЯ В ВАШ УМ.

*В УМЕ НАЧИНАЮЩЕГО*

*ПРИСУТСТВУЕТ ЯСНОСТЬ, НО НЕ СТАБИЛЬНОСТЬ;*

*ЧТОБЫ ОСТАНОВИТЬ ЕГО, БУДУЧИ ГОНИМЫМ ВЕТРОМ МЫСЛЕЙ,  
СВЯЖИТЕ ЕГО ВЕРЕВКОЙ ВНИМАНИЯ.*

ЧТОБЫ ОБРЕСТИ СТАБИЛЬНОСТЬ В КОНЦЕНТРАЦИИ, ПОЛЕЗНО ОСТАВАТЬСЯ В СПОКОЙНОМ, УЕДИНЕННОМ МЕСТЕ, СВОБОДНОМ ОТ ОТВЛЕЧЕНИЙ.

ЕСЛИ ВАШ УМ ТОНЕТ В СОСТОЯНИИ СОНЛИВОСТИ, ВЯЛОСТИ, ИЛИ ТУПОГО БЕЗРАЗЛИЧИЯ, ПОДНИМИТЕ СВОЙ ВЗГЛЯД ВЫШЕ В ПРОСТРАНСТВЕ НАПРОТИВ ВАС И СОСРЕДОТОЧЬТЕСЬ НА ВЕРХНИХ ЧАСТЯХ ВИЗУАЛИЗАЦИИ. ЭТО ПРОЯСНИТ ТОНУЩИЕ ЧУВСТВА ТУПОСТИ И БЕССИЛИЯ.

ЕСЛИ ВАШ УМ ОСТАЕТСЯ УРАВНОВЕШЕННЫМ, НИ ДИКИМ, НИ ПРИТУПЛЕННЫМ, СОСРЕДОТОЧЬТЕСЬ ВЗГЛЯДОМ ВНИЗ.

КОГДА ВАША ВИЗУАЛИЗАЦИЯ ЯСНАЯ И ВАШ УМ НЕПОДВИЖЕН И СПОКОЕН, ПРОПИТАЙТЕ СОСТОЯНИЕ НЕПРЕРЫВНОГО ПОКОЯ ГЛУБИННЫМ ПРОНИКНОВЕНИЕМ. ВО-ПЕРВЫХ, РАССМОТРИТЕ, КТО ИЛИ ЧТО ВОСПРИНИМАЕТ ВИЗУАЛИЗАЦИЮ. ВЫ ОСОЗНАЕТЕ, ЧТО ЭТО УМ. ВЫ ТАКЖЕ УВИДИТЕ, ЧТО ОБРАЗЫ, КОТОРЫЙ ВЫ ВИЗУАЛИЗИРУЕТЕ ЭТО ПРОЕКЦИЯ, СОЗДАННАЯ ВАШИМ УМОМ, ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ РАЗВИТЬ КОНЦЕНТРАЦИЮ.

ВСЕ ПРОЯВЛЕНИЯ – СОБСТВЕННЫЙ УМ;  
САМ УМ ИЗНАЧАЛЬНО НАХОДИТСЯ ЗА ПРЕДЕЛАМИ КОНЦЕПТУАЛЬНЫХ  
КРАЙНОСТЕЙ. НЕ ОТВЛЕКАТЬСЯ ДУАЛИСТИЧЕСКИМИ ИДЕЯМИ СУБЪЕКТА-  
ОБЪЕКТА,

НЕПОКОЛЕБИМЫЕ МЫСЛЯМИ В ТЕЧЕНИЕ МЕДИТАЦИИ, ОСТАВАЙТЕСЬ  
СТОЙКИМИ. ОТСЕКАЙТЕ ИЗНУТРИ ВСЕ ОГРАНИЧИВАЮЩИЕ КОНЦЕПЦИИ  
СУЩЕСТВОВАНИЯ И НЕ-СУЩЕСТВОВАНИЯ, И ВСТРЕЧАЙТЕ ПРЯМО ЛИЦО  
ОКОНЧАТЕЛЬНУЮ ИЗНАЧАЛЬНУЮ ПРИРОДУ ВСЕГО.

## 6. СОВЕРШЕННАЯ МУДРОСТЬ

МУДРОСТЬ НЕ ТОЛЬКО НАИБОЛЕЕ ВАЖНАЯ ИЗ ШЕСТИ СОВЕРШЕНСТВ, ОНА  
ЯВЛЯЕТСЯ ИХ ЖИЗНЕННОЙ СИЛОЙ.

РЕАЛИЗОВАТЬ МУДРОСТЬ – ЭТО ОКОНЧАТЕЛЬНАЯ ЦЕЛЬ; ОНА ЯВЛЯЕТСЯ  
ПРИЧИНОЙ ВСЕХ ВИДОВ УЧЕНИЙ.

ЗАПРЕДЕЛЬНАЯ МУДРОСТЬ ИМЕЕТ ТРИ АСПЕКТА,  
КОТОРЫЕ ЯВЛЯЮТСЯ СТАДИЯМИ ЕЕ ПОСТЕПЕННОЙ РЕАЛИЗАЦИИ

МУДРОСТЬ ИЗУЧЕНИЯ.

ПЕРВЫЙ АСПЕКТ МУДРОСТИ, СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МУДРОСТИ,  
ПРИБРЕТАЕТСЯ ПРИ ПОМОЩИ УЧЕНИЙ. ДОЛЖНЫ БЫТЬ ИЗУЧЕНЫ ГЛУБОКИЕ  
И ОБШИРНЫЕ ПИСАНИЯ,.

ГЛУБОКИМИ УЧЕНИЯМИ ЯВЛЯЮТСЯ ТЕ, КОТОРЫЕ ИЗЛАГАЮТ ПУСТОТНОСТЬ,  
А ОБШИРНЫМИ УЧЕНИЯМИ ТЕ, КОТОРЫЕ ОБЪЯСНЯЮТ РАЗЛИЧНЫЕ СТАДИИ  
НА ПУТИ.

ВЫ ДОЛЖНЫ УСЛЫШАТЬ ВСЕ ЭТИ УЧЕНИЯ ОТ КВАЛИФИЦИРОВАННОГО  
УЧИТЕЛЯ.

МУДРОСТЬ РАЗМЫШЛЕНИЯ НАД СМЫСЛОМ.

ОБДУМЫВАЙТЕ ТО, ЧТО ВЫ УСЛЫШАЛИ, И ИЗВЛЕКАЙТЕ СУЩНОСТНЫЙ  
СМЫСЛ ИЗ ЭТОГО, ТАК, ЧТОБЫ УЧЕНИЯ НЕ ОСТАВАЛИСЬ ТОЛЬКО КАК  
ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ ЗНАНИЯ.

ВАЖНО РАЗВИВАТЬ УБЕЖДЕННОСТЬ И БЫТЬ УВЕРЕННЫМ, В ТОМ, ЧТО ВАШЕ  
ПОНИМАНИЕ БЕЗОШИБОЧНО. ПРОЯСНИТЕ ВСЕ ВАШИ СОМНЕНИЯ И  
НЕУВЕРЕННОСТИ СО СВОИМ УЧИТЕЛЕМ.

КОГДА ВЫ ГОТОВЫ ПРИМЕНИТЬ ВАШИ НАСТАВЛЕНИЯ НА ПРАКТИКЕ, ЭТО БУДЕТ ПОДОБНО ОТПРАВЛЕНИЮ В ПУТЕШЕСТВИЕ С ПОЛНЫМ ЗНАНИЕМ ВСЕХ РАЗЛИЧНЫХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ И ВСЕХ СРЕДСТВ, КОТОРЫЕ ПОНАДОБЯТСЯ.

### МУДРОСТЬ, КОТОРАЯ ВОЗНИКАЕТ ИЗ МЕДИТАЦИИ.

ИЗУЧЕНИЕ И РАЗМЫШЛЕНИЕ ОТРЕЖУТ ВАШИ САМЫЕ ГРУБЫЕ ОШИБОЧНЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ. ОДНАКО ТОНКИЕ МОГУТ БЫТЬ РАССЕЯНЫ ТОЛЬКО МЕДИТАЦИЕЙ.

ПРЕБЫВАЙТЕ КАК МОЖНО ДОЛЬШЕ В МЕДИТАЦИИ, ПРАКТИКУЯ НЕПРЕРЫВНЫЙ ПОКОЙ И ГЛУБИННОЕ ПОЗНАНИЕ, ЧТОБЫ РЕАЛИЗОВАТЬ ОКОНЧАТЕЛЬНУЮ ПРИРОДУ ВСЕХ ЯВЛЕНИЙ.

ЭТО МУДРОСТЬ, КОТОРАЯ ВОЗНИКАЕТ ИЗ МЕДИТАЦИИ. ОСОЗНАТЬ ТО, ЧТО ВСЕ ЯВЛЕНИЯ ПУСТЫ ПО ПРИРОДЕ, ЗНАЧИТ ОСОЗНАТЬ ОСНОВНОЙ МОМЕНТ ВСЕХ УЧЕНИЙ.

БЕЗ РЕАЛИЗАЦИИ ПУСТОТЫ, КАК ЛЮБОВЬ, ТАК И СОСТРАДАНИЕ ОГРАНИЧЕНЫ И УЗКИ.

### СУЩЕСТВУЕТ ТРИ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫХ УРОВНЯ

БЕЗГРАНИЧНОЙ ЛЮБВИ  
БЕЗГРАНИЧНОГО СОСТРАДАНИЯ  
БЕЗГРАНИЧНОГО СОРАДОВАНИЯ  
БЕЗГРАНИЧНОЙ РАВНОСТНОСТИ

БЕЗГРАНИЧНАЯ ЛЮБОВЬ НАПРАВЛЕНА НА ЧУВСТВУЮЩИХ СУЩЕСТВ. ВЫ ЖЕЛАЕТЕ, ЧТОБЫ ОНИ ВСЕ БЫЛИ СЧАСТЛИВЫ. ЭТО ФОРМА ЛЮБВИ, КОТОРОЙ МОГУТ ОБЛАДАТЬ ВСЕ СУЩЕСТВА.

БЕЗГРАНИЧНАЯ ЛЮБОВЬ РАССМАТРИВАЕТ ЯВЛЕНИЯ КАК ОТНОСИТЕЛЬНЫЕ. ВЫСШИЙ УРОВЕНЬ БЕЗГРАНИЧНОЙ ЛЮБВИ – БЕЗУСЛОВНАЯ ЛЮБОВЬ, ЗА ПРЕДЕЛАМИ ЛЮБЫХ КОНЦЕПЦИЙ ОБ ОБЪЕКТЕ.

ПУСТОТА, СВОБОДНАЯ ОТ КАКИХ-ЛИБО КОНЦЕПТУАЛЬНЫХ УСЛОЖНЕНИЙ, ЭТО ИЗНАЧАЛЬНОЕ ОТСУТСТВИЕ СУБСТАНЦИОНАЛЬНОГО СУЩЕСТВОВАНИЯ, ВЕЗДЕСУЩЕЕ И ЯСНОЕ, БЕСПРЕРЫВНО ИЗЛУЧАЕТ СВЕТЯЩУЮСЯ И СПОНТАННУЮ ЛЮБОВЬ. ЭТОТ ТИП ЛЮБВИ, ПО ПРИРОДЕ, СВОБОДЕН ОТ ВСЕХ КОНЦЕПЦИЙ И ЛИШЕН КАКОЙ-ЛИБО ЦЕЛИ.

# ПЯТЬ ПРИНЦИПОВ РЭЙКИ

ИМЕННО СЕЙЧАС:

НЕ СЕРДИ СЕБЯ  
НЕ ВОЛНУЙ СЕБЯ  
БУДЬ БЛАГОДАРЕН  
МНОГО ТРУДИ СЕБЯ  
БУДЬ ДОБР К ДРУГИМ

ЭТО ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА СВОЕ ЗДОРОВЬЕ И БЛАГОПОЛУЧИЕ.

## Только сегодня, не сердись.

ГНЕВ ОГРОМНАЯ РАЗРУШИТЕЛЬНАЯ СИЛА; ВРЕДИТ ДРУГИМ, А ТАКЖЕ НАМ САМИМ. ГНЕВ ЗАКРЫВАЕТ ОТ ЛЮБВИ.

ГНЕВ СОЗДАТЕЛЬ МАССОВОЙ УТЕЧКИ ЖИЗНЕННОЙ ЭНЕРГИИ ИЗ ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ СИСТЕМЫ.

**ПРИЗНАЙТЕ ЕГО,  
СТАНЬТЕ СВИДЕТЕЛЕМ ЭТОГО ПРОЦЕССА,  
А ЗАТЕМ ОТПУСТИТЬ ЕГО НАВСЕГДА.**

ПОСТОЯННО НАПОМИНАЙТЕ СЕБЕ, ЧТО ГНЕВ - ЭТО НЕ ВАША НАСТОЯЩАЯ ПРИРОДА,  
ПОМНИТЕ, ЧТО ПРОТИВОПОЛОЖНОСТЬ ГНЕВУ – ЭТО СПОКОЙСТВИЕ.

## Только сегодня, не волнуйся.

БЕСПОКОЙСТВО, ТАКОЕ КАК И ГНЕВ, ТАКЖЕ СОЗДАЕТ ЕЩЕ ОДНУ СЕРЬЕЗНУЮ УТЕЧКУ ЖИЗНЕННОЙ ЭНЕРГИИ.

В ТО ВРЕМЯ КАК ГНЕВ ИМЕЕТ ДЕЛО С ПРОШЛЫМИ И НАСТОЯЩИМИ СОБЫТИЯМИ, ВОЛНЕНИЕ СВЯЗАНО С ПРЕДПОЛАГАЕМЫМИ БУДУЩИМИ СОБЫТИЯМИ И СОБЫТИЯМИ.

**ИСТОЧНИКОМ БЕСПОКОЙСТВА ЯВЛЯЕТСЯ СТРАХ ПЕРЕМЕН, ТО, ЧТО МЫ НЕ КОНТРОЛИРУЕМ.**

## Только сегодня, будь благодарен.

СТАРАЙТЕСЬ БЫТЬ БЛАГОДАРНЫМИ И ВЫРАЖАТЬ ПРИЗНАТЕЛЬНОСТЬ ЗА БЛАГОСЛОВЕНИЯ, КОТОРЫЕ МОГУТ НАПОЛНИТЬ НАШУ ЖИЗНЬ, ОСОБЕННО В

ТРУДНЫЕ ВРЕМЕНА.

КОГДА МЫ ЖИВЕМ В СОСТОЯНИИ БЛАГОДАРНОСТИ, ЦЕНИМ И БЛАГОДАРИМ, НЕГАТИВНЫЕ ВЗГЛЯДЫ И МЫСЛИ ПРЕВРАЩАЮТСЯ В ПОЗИТИВНЫЕ.

**КОГДА МЫ БЛАГОДАРНЫ ЗА ВСЕ, ЧТО ПОЛУЧАЕМ, ТОГДА МЫ ПРИВЛЕКАЕМ ИЗОБИЛИЕ.**

### **ТОЛЬКО СЕГОДНЯ, УСЕРДНО РАБОТАЙ.**

РАБОТАЙТЕ ИЗО ВСЕХ СИЛ. НЕ СУЩЕСТВУЕТ СЛИШКОМ СКРОМНОЙ РАБОТЫ, КОТОРАЯ НЕ ТРЕБОВАЛА БЫ ОТ НАС **ВСЕХ УСИЛИЙ, ВНИМАТЕЛЬНОСТИ, ВОВЛЕЧЕННОСТЬ, УСЕРДИЯ И ЧЕСТНОСТИ.**

БЛАГОДАРЯ РАБОТЕ МЫ УЧИМСЯ И РАСТЕМ, ВЕСЬ НАШ ДЕНЬ НАПОЛНЕН УСИЛИЯМИ УСЕРДНО И ЧЕСТНО РАБОТАТЬ ВО ВСЕМ, ЧТО МЫ ДЕЛАЕМ. **ПРЕДАННОСТЬ БУДЕТ РАСТИ БЛАГОДАРЯ УПОРНОМУ ТРУДУ.**

### **ТОЛЬКО СЕГОДНЯ, БУДЬ ДОБР К ДРУГИМ.**

ПРОЯВЛЯЕТЕ ДОБРОТУ К НАШИМ СОБРАТЬЯМ. МЫ ДОБРЫ, КОГДА УВАЖАЕМ ВСЁ ЖИВОЕ И ЖИВЁМ ТЕРПИМЫМИ К ТОМУ, КУДА И КАК ДРУГИЕ ПРЕДПОЧИТАЮТ ПРОЖИТЬ СВОЮ ЛИЧНУЮ ЖИЗНЬ.

**ВЫ ОСОЗНАЁТЕ И ПРИНИМАЕТЕ, ЧТО ДОБРОТА И ДРУЖЕЛЮБИЕ КО ВСЕМ ВКЛЮЧАЕТ И НАС САМИХ.**

## **СТУПЕНИ ЙОГИ**

ПРАВИЛЬНЫЕ СРЕДСТВА ДОСТИЖЕНИЯ СТОЛЬ ЖЕ ВАЖНЫ, КАК И КОНЕЧНАЯ ЦЕЛЬ. ЭТО ВОСЕМЬ СТУПЕНЕЙ НА ПУТИ ДУХОВНОГО ПОИСКА.

- 1. ЯМА (ОБЩИЕ НРАВСТВЕННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ)*
- 2. НИЯМА (ДИСЦИПЛИНА, КОНТРОЛЬ СЕБЯ)*
- 3. АСАНА (ПОЗА, КОНТРОЛЬ ТЕЛА)*
- 4. ПРАНАЯМА (РИТМ, КОНТРОЛЬ ДЫХАНИЯ)*
- 5. ПРАТЬЯХАРА (СОБИРАНИЕ УМА)*
- 6. ДХАРАНА (КОНЦЕНТРАЦИЯ)*
- 7. ДХЬЯНА (МЕДИТАЦИЯ)*
- 8. САМАДХИ (СОСТОЯНИЕ, РЕЗУЛЬТАТ УГЛУБЛЕННОЙ МЕДИТАЦИИ, СЛИЯНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ С ОБЪЕКТОМ МЕДИТАЦИИ)*

## 1. ЯМА

( САМООГРАНИЧЕНИЯ ДЛЯ УДАЛЕНИЯ НЕГАТИВНОЙ КАРМЫ И СОПУТСТВУЮЩИХ ПСИХО-МЕНТАЛЬНЫХ ПОСЛЕДСТВИЙ )

### **НЕПРИЧИНЕНИЕ ВРЕДА.**

ОТКАЗ ОТ НАСИЛИЯ К КОМУ БЫ ТО НИ БЫЛО, В ТОМ ЧИСЛЕ К САМОМУ СЕБЕ.

### **ПРАВДИВОСТЬ.**

ОТКАЗ ОТ ЛЖИ ДРУГИМ, ПРОФАНАЦИЙ И САМООБМАНА.

### **НЕСТЯЖАТЕЛЬНОСТЬ.**

ОТКАЗ ОТ СТРЕМЛЕНИЯ ОБЛАДАТЬ ТЕМ, ЧТО ВАМ НЕ ПРИНАДЛЕЖИТ.

### **СВОБОДА ОТ ВЕЩЕЙ.**

ОТКАЗ ОТ НАКОПИТЕЛЬНОСТИ, СОБИРАТЕЛЬНОСТИ.

### **КОНТРОЛЬ НАД ВЛЕЧЕНИЕМ И ГНЕВОМ.**

ОТКАЗ ОТ ПОТАКАНИЯ СВОИМ СТРАСТЯМ И КОНТРОЛЬ ЧУВСТВЕННЫХ ЖЕЛАНИЙ.

## 2. НИЯМА

( БЛАГОДЕЯНИЯ ДЛЯ НАРАБОТКИ БЛАГОЧЕСТВОЙ КАРМЫ )

### **СОДЕРЖАНИЕ ТЕЛА В ЧИСТОТЕ.**

ЧАСТЫЕ ОМОВЕНИЯ ТЕЛА. ВНИМАНИЕ К ЧИСТОТЕ И ОПРЯТНОСТИ ОДЕЖДЫ.

### **ЧИСТОЕ ПИТАНИЕ.**

ОСОЗНАННОЕ ПОСТРОЕНИЕ ТЕЛА ИЗ ДОБРОКАЧЕСТВЕННОЙ, СО ВСЕХ СТОРОН, ПИЩИ.

### **УДОВЛЕТВОРЁННОСТЬ.**

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ФОН «ИЗОБИЛИЯ И УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ».

### **САМООБРАЗОВАНИЕ.**

ИЗУЧЕНИЕ, ОБСУЖДЕНИЕ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ОСОЗНАВАНИЮ СМЫСЛА ЖИЗНИ И ПУТИ ВСЕГО ОКРУЖАЮЩЕГО.

### **САМОДИСЦИПЛИНА.**

ТВЕРДОСТЬ НАМЕРЕНИЙ, ПОСТОЯННАЯ УПОРНАЯ ТРЕНИРОВКА. ПОСТЫ,

АСКЕТИЗМ.

**ПОСВЯЩЕНИЕ ЗАСЛУГ ВСЕВЫШНЕМУ.**

АЛЬТРУИЗМ И ПОСВЯЩЕНИЕ СВОИХ ПОСТУПКОВ НА БЛАГО ВСЕХ ЖИВЫХ СУЩЕСТВ.

*ИСТОЧНИК: «ЙОГА СУТРЫ» ПАТАНДЖАЛИ, ВЕЛИКИЙ ЙОГА, ФИЛОСОФА И ВРАЧА ИНДИИ (2ВЕК ДО Н. Э).*

### **3. АСАНА**

**( ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ГАРМОНИЗАЦИИ И НАБОРА ЭНЕРГИИ )**

**ПЕРВЫЕ ТРИ СТУПЕНИ ЯВЛЯЮТСЯ ВНЕШНИМ ПОИСКОМ.**

ЯМА И НИЯМА КОНТРОЛИРУЮТ СТРАСТИ И ЭМОЦИИ ЙОГА, ПОМОГАЮТ ЖИТЬ В СОГЛАСИИ С БЛИЖНИМИ.

АСАНЫ СОХРАНЯЮТ ТЕЛО ЗДОРОВЫМ И СИЛЬНЫМ, В СОГЛАСИИ С ПРИРОДОЙ.

В КОНЦЕ-КОНЦОВ ЙОГ ОСВОБОЖДАЕТСЯ ОТ АВТОМАТИЧЕСКОГО ТЕЛЕСНОГО СОЗНАНИЯ.

**ДВЕ СЛЕДУЮЩИЕ СТУПЕНИ ЙОГИ СЧИТАЮТСЯ ВНУТРЕННИМ ПОИСКОМ.**

ЭТИ ДВЕ УЧАТ РЕГУЛИРОВАТЬ ДЫХАНИЕ И ТЕМ САМЫМ КОНТРОЛИРОВАТЬ УМ, ЧТО ПОМОГАЕТ ОСВОБОДИТЬ СВОЕ ВНИМАНИЕ И ЧУВСТВА. ОТ ЗАЦИКЛЕННОСТИ НА ОБЪЕКТАХ ЖЕЛАНИЯ.

**ТРИ ПОСЛЕДНИЕ СТУПЕНИ НАЗЫВАЮТСЯ ДУХОВНЫМ ПОИСКОМ.**

ЭТИ СТУПЕНИ ПОМОГАЮТ ПОДДЕРЖИВАТЬ ГАРМОНИЮ С САМИМ СОБОЙ И ЦЕЛЬНОСТЬЮ ТВОРЕНИЯ И ВВОДЯТ В ГЛУБИНЫ ДУШИ.

НЕ ИЩЕТЕ БОГА В НЕБЕСАХ, ОН ВНУТРИ, ОН - ВНУТРЕННЕЕ Я.

**СОВЕРШЕНСТВУЙТЕ СЕБЯ И МИР ВОКРУГ И БУДЕТ ВАМ СЧАСТЬЕ!**

**Илья Орлов**

[NADVSEM.RU](http://NADVSEM.RU)

[КАНАЛ В TELEGRAM](#)

[ВКОНТАКТЕ](#)

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ СРЕДСТВ

ИСПОЛЬЗУЙТЕ СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ:

[АУДИО-МАТРИЦЫ ГАРЯЕВА](#)

[МЕДИЦИНСКИЕ ЖЕЗЛЫ](#)

[СЕАНСЫ РЭЙКИ](#)

[МЕДИТАЦИЮ ПРОЩЕНИЯ](#)

[КРАТКАЯ ВЕРСИЯ](#) | [ДЛИННАЯ ВЕРСИЯ](#)

НАСТРОЙТЕ СВОЕ ЖИЛОЕ ПРОСТРАНСТВО [С ПОМОЩЬЮ ВАСТУ](#)

ЙОГА И ЗАРЯДКА

ВАННЫ С СОЛЬЮ

МАССАЖ

МЕДИТАЦИИ

ОБЩЕНИЕ С ПРИРОДОЙ

## ПОСМОТРИТЕ ЧЕМ ЕЩЕ МЫ МОЖЕМ ВАМ ПОМОЧЬ

УСТРАНЕНИЕ НЕГАТИВНЫХ ФАКТОРОВ ЖИЗНИ, ВНЕШНЕГО ВЛИЯНИЯ,  
РАБОТА С ПСИХОЛОГОМ, КОРРЕКЦИЯ КАРМЫ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ СЕАНСЫ,  
БУДДИЙСКИЕ БЛАГОСЛОВЕНИЯ, КУРС «ВАШЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ»,  
УЧАСТИЕ В ОН-ЛАЙН МЕДИТАЦИЯХ

ПОДРОБНЕЕ НА САЙТЕ

[NADVSEM.RU/ALGORITHM-HEALING](http://NADVSEM.RU/ALGORITHM-HEALING)

## ОБУЧЕНИЕ И УЛУЧШЕНИЕ ЖИЗНИ

ЗАЙМИТЕСЬ ЦЕЛИТЕЛЬСТВОМ СЕБЯ ИЛИ БЛИЗКИХ С ПОМОЩЬЮ РЭЙКИ!  
КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК ОТ РОЖДЕНИЯ ИМЕЕТ СПОСОБНОСТИ, КОТОРЫЕ МОЖНО  
ИСПОЛЬЗОВАТЬ ДЛЯ ИСЦЕЛЕНИЯ ТЕЛА, МЫСЛЕЙ, ЭМОЦИЙ И СИТУАЦИЙ В  
ВАШЕЙ ЖИЗНИ И ОКРУЖАЮЩЕМ МИРЕ.

ОБУЧЕНИЕ РЭЙКИ: ПОДРОБНЕЕ НА САЙТЕ.

[NADVSEM.RU/ALGORITHM-LEARNING](http://NADVSEM.RU/ALGORITHM-LEARNING)