



КЛАССИКА БУДДИЙСКОЙ МУДРОСТИ

Курс

«Денежный поток: Второй уровень. Предназначение»

ЗАНЯТИЕ 10

Мой конспект

Чтобы прийти к самым лучшим результатам, построить великую компанию, должно быть пересечение трех кругов:

1. _____
2. _____
3. _____

Рис 1 (Из книги Джима Колинза «*Good to great*»)

Три круга «концепции ежа»



Напишите, к чему у Вас есть страсть?

Что Вы делаете лучше других?

На что есть спрос?

Цитаты для запоминания:

*Для того, чтобы что-то получить, мы в начале должны что-то
отпустить*

*Чтобы прийти к великим результатам, нужно ... не столько
начать делать что-то новое, сколько перестать делать многие
вещи*

Подумайте, от каких действий вам нужно
отказаться? _____

Как определить, что мы должны делать, а что мы должны перестать делать?

Упражнение.

Задайте вопрос своему Учителю: «Что я сейчас должна отпустить и куда направить свои силы, энергию, время?». Запишите ответ

Цитата для запоминания:

Нет ничего вовне, что обеспечит мне состояние удовлетворения, радости, признания, любви.

Мои заметки к лекции:

Как обрести контроль над сознанием?

После достижения Шаматы есть приятные «побочные эффекты», это: _____

Э Т И К А

БИЗНЕС – ПРОБЛЕМА номер 34 из книги «Огранщик Алмаза» - Люди в нашем окружении не совсем надёжные.

Как мы создаем семена ненадёжности?

РЕШЕНИЕ

Упражнение. Подумайте и запишите ответы:

В чем я сегодня не достаточно надежен (надежна). В чем люди не могут рассчитывать на меня?

Как и в чем лично я могу повысить свою
надежность? _____

УЧИТЕЛЬ

Четвертое преимущество правильных отношений с Учителем

При каких условиях возможен личный прорыв?

Цитата для размышления:

*К состоянию Просветления нас может привести только тот,
кто там уже был. Поэтому, так важно увидеть в Учителе –
Будду. И это на 100% наша личная работа*

Опишите один из способов, как рассмотреть Будду в Учителе?

Опишите механизм «сжимания спирали»:

Что произойдет, если наш фокус на недостатках Учителя?

Мои заметки к лекции:

Опишите быстрый способ изменить ум, который постоянно соскальзывает в омрачения:

Что делать, если Учитель нажимает на наши «больные кнопки»?

Цитата для размышления:

*Побег из отношений с Учителем разрывает сердце, потому что
к этой встрече мы шли миллионы жизней*

Мои заметки к лекции:

Практика «Учитель читает мои мысли». В чем она заключается?

Рассказ дорогого Кена Ринпоче. О чем он для меня?

Практика медитации. Мои осознания:

Три моих главных осознания, что я беру из лекции в работу:

Кому из своего окружения я посвящаю сегодняшнее обучение? _____

ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ: _____

Вопрос, который я опубликую в пост «вопрос-ответ»: _____
