

Reality of Karma Retreat

Ретрит «Реальность кармы»

Meditations for Gift of Liberation Retreat #26

Медитации к ретриту Дар Освобождения #26

Озеро Чанала, Мексика

Gift 26 Meditation #1

Three Steps for a Refuge Meditation:

I am there.

I have the seeds.

I have a shelter.

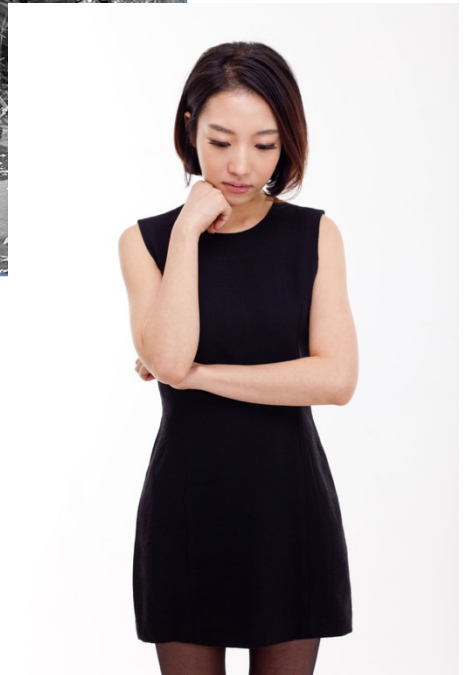
Дар 26. Медитация 1

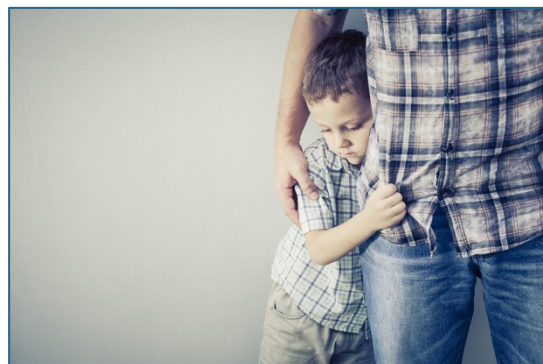
**Три шага к медитации
прибежища:**

Я там

У меня есть семена

У меня есть укрытие





Gift 26 Meditation #2
Knowledge is Not Enough:
Am I washing the dishes?

Дар 26. Медитация 2
Знания недостаточно:
Мою ли я посуду?

Gift 26 Meditation #3
A View to Match your Emptiness
& Meditation
Have I been going to the prison?

Дар 26. Медитация 3
Воззрение для связи вашей
пустоты и медитации:
Ходил ли я в тюрьму?





Gift 26 Meditation #4

You Get What You Give:

What will I get from what I gave, today?

Дар 26. Медитация 4

Вы получаете то, что вы даёте:

Что я получу взамен того, что я отдал сегодня?

Gift 26 Meditation #5
The Grapes Don't Help:
Where do I have hot chilis inbetween?

Дар 26. Медитация 5
Виноград не помогает:
Где у меня острый чили среди него?



Gift 26 Meditation #6

Misplaced Confidence:

What will come from mixed karmas?

Дар 26. Медитация 6.

Неуместное доверие:

Что придёт от смешанных карм?

Gift 26 Meditation #7
Boiling Robes:
I can be seen all wrong

Дар 26. Медитация 7.
Кипящие одежды:
Меня могут воспринимать
совершенно неправильно



Gift 26 Meditation #8
Ten Trillion Cells:
Don't raise your hand

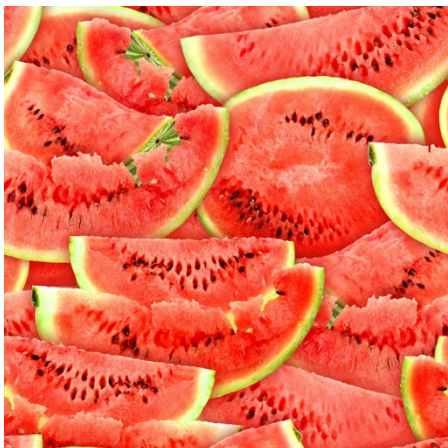
Дар 26. Медитация 8.
Десять триллиардов клеток:
Не поднимайте свою руку.



Gift 26 Meditation #9
All the Troubles I Have Had:
From the tiniest of words

Дар 26. Медитация 9.
Все проблемы, которые когда-либо у меня были:
От самых незначительных слов.





Gift 26 Meditation #10
Watermelons, seeds on seeds:
How many grandchildren?

Дар 26. Медитация 10.
Арбузы, семена из семян
Сколько внуков?

\$Gift 26 Meditation #11
The Smallest Good:
What 3 things in the next hour?

Дар 26. Медитация 11.
Мельчайшие добрые дела:
Какие 3 за следующий час?



Gift 26 Meditation #12
The One Who Dodges the Bullet:
The rain stops on the way to your car

Дар 26. Медитация 12.
Тот, кто избежал пули:
Дождь прекращается на пути к вашей машине.

Gift 26 Meditation #13
No Expiration Date:
*Diamond seeds waiting
in my mind for Coffee Meditation*

Дар 26. Медитация 13.
Нет срока годности:
*Алмазные семена ждут кофе-
медитации в моём сознании.*



Gift 26 Meditation #14
The Fly and the Cowpie:
Everyone has the seeds

Дар 26. Медитация 14.
Муха и коровья лепёшка:
У каждого есть семена.

Gift 26 Meditation #15
Nagarjuna & the Ant:
Clean and bind even the smallest

Дар 26. Медитация 15.
Нагарджуна и муравей:
Очищайте и связывайте даже мельчайшие.





Gift 26 Meditation #16

The Opposite Way of the World:

Have I followed it so far, today?

Дар 26. Медитация 16.

Путь, противоположный миру:

Следовал ли я ему сегодня?

Gift 26 Meditation #17

Review Meditation on the Ten:

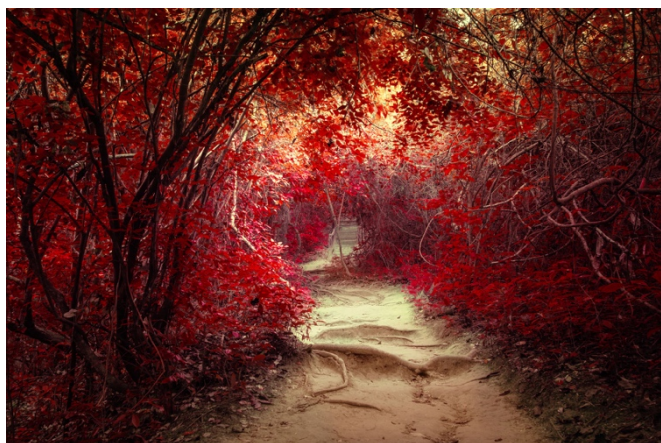
How many songs do you know?

Дар 26. Медитация 17.

Обзорная медитация на

Десять (добродетелей):

Сколько песен вы знаете?



Gift 26 Meditation #18

The Four Steps for a Karmic Path;

Which one am I working on this month?

Shi, sampa, jorwa, tartuk

Goal, choice, help, coffee

Дар 26. Медитация 18.

Четыре шага для

кармического пути;

Над чем я работаю в этом месяце?

Ши, сампа, джорва, тартук

Цель, выбор, помощь, кофе.

Gift 26 Meditation #19
Feeling
You & the Old Lady
Gratitude: Who's helping whom?

Дар 26. Медитация 19.
Ощущения –
вы и пожилая женщина
Благодарность: кто кому помогает?



Gift 26 Meditation #20
Motivation
When You Touch the Door:
A choice of motivations

Дар 26. Медитация 20.
Мотивация,
когда вы открываете дверь:
Выбор мотивации.

Gift 26 Meditation #21
Conception
An angel's fingersnap

Дар 26. Медитация 21.
Замысел
Щелчок пальцев ангела.



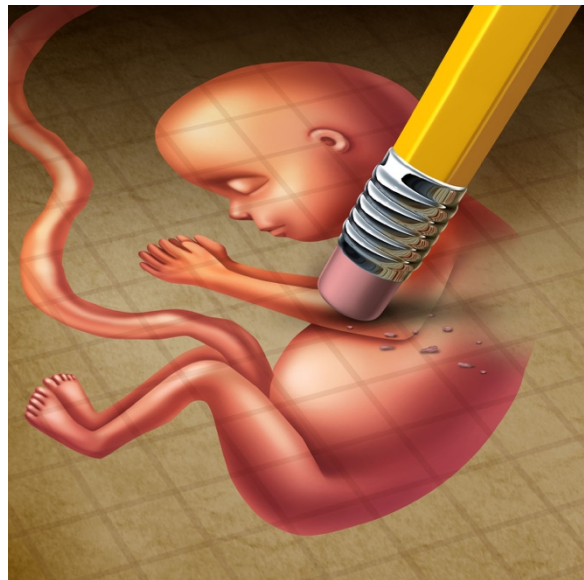


Gift 26 Meditation #22
The Cry of the Dying:
The barbarity of meat;
Things our parents got wrong

Дар 26. Медитация 22.
Предсмертный крик:
Мясное варварство;
В чём ошибались наши
родители.

Gift 26 Meditation #23
Killing Babies:
Sometimes legal isn't right

Дар 26. Медитация 23.
Убийство младенцев:
Законное не всегда правильно



Gift 26 Meditation #24
The Phone in Your Car:
Killing for a text message

Дар 26. Медитация 24.
Телефон в машине:
Убить ради смс.



Gift 26 Meditation #25
Karma and the General:

*Pay your taxes,
but let somebody know*

Дар 26. Медитация 25.

Карма и генерал:

*Платите налоги,
но выражайте своё мнение.*



Gift 26 Meditation #26

Twice as Bad

Be careful what you say & do

Дар 26. Медитация 26.

Вдвое хуже:

*Будьте осторожны с тем, что вы
говорите и делаете.*

Gift 26 Meditation #27
The Opposite of Coffee:

*Clean and give up owning—
this is NOT who I am*

Дар 26. Медитация 27.

Кофе наоборот:

*Очищайте и отказывайтесь -
я НЕ таков*





Gift 26 Meditation #28

The morality of loans:

Have I borrowed anything lately?

Or not so lately?

Дар 26. Медитация 28.

Этика займов:

Заимствовал ли я что-то в последнее время?

Или не в последнее?

Gift 26 Meditation #29
The Foolishness of Adultery
*Setting up hundreds of
 disappointments*

Дар 26. Медитация 29.

Глупость измены

Создание сотен разочарований



Gift 26 Meditation #30

The Challenge of Speaking True:

Shooting for matching impressions

Дар 26. Медитация 30.

Трудности с правдивостью:

*Стремимся, чтобы впечатления
 совпадали*

Gift 26 Meditation #31

**The Danger of
Accidental Dividing**

*Learning not to say
what comes to mind*

Дар 26. Медитация 31.

**Опасность случайного
разделения**

*Научитесь не говорить то, что
приходит на ум*



Gift 26 Meditation #32

Words that Hurt by Accident

Did I first exchange them and myself?

Дар 26. Медитация 32.

**Слова, которые случайно
ранят:**

*Поставил ли я сначала себя на их
место?*



Gift 26 Meditation #33

**A Good Day
for Happy Silence**

The art of congenial mauna

Дар 26. Медитация 33.

Хороший день для

счастливой тишины:

Искусство приятной мауны.





Gift 26 Meditation #34

Counting Our Blessings:

*Today,
consciously happy with what I have*

Дар 26. Медитация 34.

Подсчёт наших благословений:

*Сегодня я осознанно счастлив тому,
что у меня есть.*

Gift 26 Meditation #35 Random Thoughts of Not-So-Sad

Fellow sufferers for a day

Дар 26. Медитация 35.

Случайные мысли о не- слишком-грустном

*Товарищи по несчастью
на (целый) день*



Gift 26 Meditation #36

One in a Hundred Million

Have I appreciated myself today?

Дар 26. Медитация 36.

Один из ста миллионов:

Ценил ли я себя сегодня?