

Лама Оле Нидал 

Глубина славянского ума

Том I | Буддизм
в вопросах и ответах



БУДДИЗМ
СЕГОДНЯ



УДК 294.321
ББК 86.35
Н60

Нидал, Лама Оле

Н60 Глубина славянского ума. Буддизм в вопросах и ответах. Том I / Лама Оле Нидал; пер. с англ. В. Рагимов и др. — 2 изд., испр. — М. : Алмазный путь, 2012. — 480 с. — («Буддизм сегодня»).

ISBN 978-5-94303-046-8

Для линии преемственности Карма Кагью важнейшей является именно устная передача — то есть поучения, услышанные непосредственно от учителя.

Данная книга составлена из ответов Ламы Оле Нидала на вопросы, заданные ему на курсах и лекциях во время традиционных путешествий по России в конце 90-х годов.

Для широкого круга читателей.

УДК 294.321
ББК 86.35

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

ISBN 978-5-94303-046-8

© ЦРО «РАБАПТКК», 2012

Оглавление

От редакции 29

КРАТКИЕ ВВОДНЫЕ ВЫСТУПЛЕНИЯ

МАРТ 1999 года, Санкт-Петербург, вступительное слово на встрече с буддийским центром	33
МАРТ 1999 года, Рига, вступительное слово на встрече с буддийским центром	37
СЕНТЯБРЬ 1997 года, Ужгород, из вступительного слова перед пресс-конференцией	41
ЯНВАРЬ 2000 года, Москва, вступительное слово на пресс-конференции	43

ТЕОРИЯ БУДДИЗМА. ОБЩИЕ ФИЛОСОФСКИЕ ВОПРОСЫ

1. Единство субъекта, объекта и действия	51
2. О боге	51
3. Почему умер Будда?	54

4. «Ум» и «сознание»	55
5. Достижение Просветления	56
6. О причинах счастья	56
7. Кто освобождается?	56
8. Сознание и компьютер	57
9. Как медитация изменяет ум?	57
10. О безупречности Бодхисаттвы	58
11. О Буддах до Будды Шакьямуни	58
12. О символизме солнца и луны	59
13. Есть ли практики, уменьшающие боль?	59
14. «Быть буддистом — это лишь одна из возможностей не быть собой?»	60
15. Религия ли буддизм?	60
16. «Ум» и «пространство»	61
17. Имя в Дхарме	62
18. О конце света	62
19. Кто все это подстроил?	63
20. О значении религии в жизни людей	63
21. О милосердии	64
22. «Если встретишь Будду — убей его»?!	65
23. Что перерождается?	65
24. Что такое эго?	66
25. Буддизм и вера	67
26. «Не понимаю, что такое Будда»	68
27. Насколько важно знание «пунктов и подпунктов»?	69
28. Счастье любви ко всем — эгоистично?	71
29. О совершенстве через единение с природой	71
30. Внутреннее и внешнее — неразделимы	73
31. Просветление и познание мира	73
32. Каково наше предназначение?	74
33. О возможной пользе клонирования	74
34. Что формирует пространство ума?	74
35. «Просто стать самим собой»	76
36. Смысл фигур на Древе Прибежища	77
37. Что символизирует поза Будды Майтрейи?	78

38. О сравнениях	78
39. О скрытых поучениях — «термах» в Ваджраяне	79
40. Существование и несуществование	80
41. Что значит — «когда ничего не происходит»?	80
42. О Защитнице Белый Зонт	81
43. Будда Шакьямуни и Будда Майтрейя	81
44. Бессмысленна ли игра пространства?	82
45. О значении предсказаний	82
46. О сомнениях	83
47. «Здесь и сейчас» животного	84
48. Что может быть абсолютным	84
49. Об иллюзиях	85
50. Откуда берется цифра 1000 Будд?	85
51. Возможно ли испытать состояние Дхармакайи?	86
52. Какая связь между Просветлением и Махамудрой?	90
53. О различных качествах просветленного ума	90
54. Об абсолютном вреде	92
55. Хорошее и плохое на абсолютном и на относительном уровне	92
56. О блаженстве мира богов	95
57. Что же такое «ум»?	95
58. О монашестве	95
59. Как соединить внешнюю и внутреннюю мудрость?	96
60. Что такое день Черного Плаща?	96
61. Соотношение информированности и доверия	97
62. О термине «Махамудра»	98
63. Бессмертие души в буддизме	98
64. Об освобождении от иллюзии «себя»	99
65. О разных названиях для абсолютного	99

66. Не является ли отождествление своего рода игрой?	100
67. Философия счастья	100
68. Какую медитацию практиковал Будда?	102
69. О роли форм и ритуалов в буддизме	103
70. Что такое Прибежище?	104
71. Буддизм и физика	105

ВАРИАНТЫ ВОСПРИЯТИЯ БУДДИЙСКОГО УЧЕНИЯ

1. Почему кажется, что уже все знаешь?	107
2. Кому все это нужно?	107
3. Что делать, если хочется медитировать, но не уверен?	109
4. Почему, когда я вас встречаю, у меня исчезают все вопросы?	109
5. «Стал бы буддистом, если бы увидел чудеса»	111
6. «Нам 12 и 13 лет, и мы не все понимаем...»	111
7. А мне вообще ничего непонятно	112

ПРАКТИКА. ВОПРОСЫ ПО МЕДИТАЦИИ

1. Как сохранять взгляд Махамудры, когда внимание занято умственным трудом?	115
2. Как медитировать — с открытыми или с закрытыми глазами?	115
3. «Тело раскачивается во время медитации»	116
4. О буддийских практиках сна	117
5. Использование фотографии растворяющегося Кармапы в медитации Три Света	118

6. Что означает боль в трех верхних чакрах?	118
7. Есть ли отдельная медитация специально для детей?	118
8. О доверии к различным Будда-формам	119
9. Мантры Кхорло Демчога, Качаба Дордже, Дордже Чанга и Белой Тары	119
10. Женская передача в Кагью	119
11. О признаках развития	119
12. Произнесение мантры вслух и про себя	120
13. Трудности с простираниями	121
14. О мыслях в медитации	121
15. О состоянии сонливости в результате медитации	122
16. О посвящениях и так называемом гом-лунге	122
17. Использование буддизма в реальной жизни	123
18. О достижении глубины в медитации	123
19. Нёндро и очищения	124
20. О материальных и психологических трудностях для практики	124
21. Что такое «ретрит»?	125
22. Нужно ли знать смысл мантры на русском языке?	126
23. Имеет ли смысл нам поехать в Тибет?	126
24. Можно ли достичь гармонии и мудрости, не медитируя?	127
25. Как практиковать простирания беременной женщине?	127
26. Что такое «самаяя»?	127
27. Есть ли возрастные ограничения для нёндро?	128
28. О возможном вреде медитации	128
29. О медитации шинэ	129
30. Об отсутствии интенсивности в медитации	131

31. Медитация и страх	131
32. О том, что нельзя есть лук и чеснок, когда делаешь дарение мандал	133
33. Блокирует ли каналы острая пища	133
34. Что происходит, если человек отклоняется от пути?	134
35. Что, если сделать два нёдро?	134
36. Важно ли иметь перед собой буддийское изображение во время практики простирааний?	135
37. Медитация в буддизме и в системе Махариши	135
38. «Не всегда есть настроение медитировать»	136
39. Можно ли пользоваться четками, на которых 18 бусин?	137
40. О сути учения и его культурном обрамлении	137
41. О современных особенностях передачи	138
42. Практика и тяжелый физический труд	139
43. О главном предмете любой медитации	140
44. О зависимости от захватывающих ощущений	141
45. «Я не смогу сделать себя добрым»	143
46. О последовательности упражнений нёдро	145
47. О трех видах учителя	146
48. Об альтернативах потоку воздуха у кончика носа	147
49. Об очищении энергетических каналов и раскрытии энергоцентров	148
50. О практике чёд	148
51. О знаках успешной практики Алмазного Ума. О языке знаков во время снов	149
52. Можно ли в нёдро делать все четыре практики одновременно?	150

53. Медитация и связь с жизнью	150
54. Практика и учеба	152
55. Следует ли закончить подготовительную практику с Буддой Опаме, если уже прошел пхову?	153
56. Верно ли я понял, что суть любой медитации — быть здесь и сейчас?	153
57. О визуализации. Роль доверия как ключа к Будда-аспекту	153
58. Усилия и напряженность в медитации.	156
59. О силе привычек	158
60. «После завершения нёдро ко многим практикующим возвращаются старые тенденции...»	159
61. О правильном подходе к посвящениям	160
62. Что такое «мантра»?	160
63. Дистанция и радости жизни	162
64. Надо ли подниматься в горы, чтобы понять смысл буддизма?	162
65. О позе медитации. О «святости» в буддизме	163
66. Визуализация — это галлюцинация? — Нет, это такая концентрация	168

КАРМА. РАЗЛИЧНЫЕ СИТУАЦИИ И ЯВЛЕНИЯ. СОВЕТЫ

1. О компьютерных играх	171
2. О левитации	172
3. Считаете ли вы искусство путем истины?	173
4. Почему мы иногда засыпаем на твоих лекциях?	174
5. О занятиях охотой	175
6. Как быть с ненавистью в ответ на любовь?	175

7. Что делать с тараканами?	176
8. С чего начать буддийскую практику?	176
9. Предметы — носители энергополей	177
10. Необычные явления во время посвящений	177
11. Как буддизм объясняет дежавю?	177
12. Как избавиться от суеверий?	178
13. Об экстремальных развлечениях	178
14. Негативная карма как толчок для развития	179
15. Возможно ли изменить свое состояние ума, уехав в поиске лучших мест?	180
16. Девачен и прошлая карма	180
17. О помощи нищим	182
18. Об эффективности чудес для пробуждения интереса к буддизму	182
19. Что значит, если все время рвется шнурок благословения?	183
20. О черных магах	184
21. Можно ли делать татуировки Будд?	184
22. Об одиночестве	185
23. Что главное для человека, живущего в современном мире?	185
24. Пожелания молодежи	186
25. Об убийстве	186
26. Где создается и где тратится карма	187
27. О причинах страдания и радости в конкретной ситуации	188
28. Чем может помогать другим начинающий буддист? О том, как важно сохранять «настрой начинающего»	189
29. Об отношении к абортам	189
30. О деньгах	190
31. «В здоровом теле — здоровый дух»	190
32. О пользе привычки наслаждаться тем, что делаешь	191

33. О соотношении различных видов Будда-активности	192
34. Влияет ли на детей карма родителей?	193
35. О неуязвимости лам	193
36. О Чингисхане, Гитлере и Сталине	195
37. О свирепых духах	195
38. О других цивилизациях и двух видах духовности	196
39. Почему у меня всё — ярко-красного цвета?	197
40. Мантра для критических ситуаций	198
41. О важности изучения английского языка	202
42. Что приводит к перерождению в буддийских семьях в небуддийских странах?	203
43. Об обмане среди буддистов	203
44. О детях	204
45. Можно ли доверять снам?	205
46. Сильное энергополе у людей	205
47. О психологическом насилии	206
48. О благословении	206
49. «Нельзя издать закон, запрещающий глупость»	207
50. Начало состояния паранойи	208
51. О музыке	209
52. О знаках на теле	209
53. О тибетской астрологии	210
54. Клонирование — пятый вид рождения	210
55. Как добиться уважения?	211
56. О чувстве страха и сомнениях на пути преобразования ума	211
57. О дилеммах	212
58. О Шамбале	212
59. О психических заболеваниях	213
60. Кто такие наги?	214
61. О смертной казни	214

62. О болезнях.....	215
63. Является ли лень кармой?.....	217

МЕШАЮЩИЕ ЧУВСТВА

1. О ревности.....	219
2. О недоверии на грани паранойи.....	219
3. О злости.....	220
4. О трансформации мешающих чувств в различные виды мудрости.....	221
5. Как помочь человеку, который гневается?.....	226
6. О гордости.....	226
7. О неведении.....	227
8. О «пробывании за мыслями».....	229
9. О неосознанных уровнях ревности.....	230
10. О желании.....	230
11. О чрезмерной стыдливости.....	231
12. О трех уровнях работы с мешающими чувствами.....	232
13. О боли.....	233
14. О лени.....	233
15. Сентиментальность и сочувствие.....	234
16. Почему гнев становится причиной страдания.....	234
17. О депрессии.....	235
18. Какова разница между гневом к людям и гневом к самому себе?.....	236
19. О «глупой» и «умной» честности.....	236
20. О страхе.....	238

ВЗАИМООТНОШЕНИЯ ПОЛОВ

1. «Все время не везет в любви».....	241
2. Об утрате свежести сексуальных отношений в любящей семейной паре.....	242

3. Любовь и похоть.....	243
4. Гомосексуализм.....	245
5. Лучше ли расстаться с женой, чьим Прибежищем остаются телевизор и дети?.....	246
6. Как по-разному встречаются люди, и как лучше расставаться.....	247
7. Депрессия и запой после развода.....	248
8. О роли запахов.....	249
9. Как совмещается отсутствие привязанности и наличие постоянного партнера?.....	250
10. О разных видах любви.....	250
11. О физическом и психологическом насилии по отношению к женщинам в семье.....	252
12. «Несмотря на то, что есть любимая девушка, все равно тянет к общению с другими».....	253
13. О разных видах мужчин.....	255
14. Как быть в ситуации, когда находишься под каблуком у женщины?.....	256
15. О мастурбации.....	257
16. Об оральном сексе.....	257
17. Как вернуть любимого человека?.....	258
18. Женщины и мужчины в буддизме.....	258
19. Как буддизм относится к сексу?.....	260
20. Должен ли секс быть только в браке?.....	261
21. Как найти подходящего партнера?.....	262
22. Сексуальные практики в буддизме.....	263
23. Какой принцип: один партнер, или их может быть несколько?.....	266
24. О пользе от совместной медитации для партнеров.....	268
25. Если взаимоотношения приносят проблемы, не лучше ли расстаться?.....	268

26. Об особенностях гомосексуальных отношений	269
27. Почему среди семнадцати Кармап нет женщин?	271

СМЕРТЬ И ПЕРЕРОЖДЕНИЕ

1. Когда женщина делает аборт, как может выглядеть ребенок, если он приходит после смерти?	273
2. О Чистых странах	273
3. Болезнь в детстве и энергетические процессы умирания	274
4. Как определить, насколько успешна была пхова для другого?	274
5. Буддийская Чистая страна и другие религии	275
6. Девачен — не место, а некое недвойственное видение мира	275
7. Как часто можно делать пхову в центре для других?	278
8. Могут ли выпасть из Чистой страны те, кому мы делаем пхову?	278
9. О выходе ума из тела во время смерти	278
10. Возможно ли сделать себе пхову по ошибке?	279
11. Если ум не вещественен, то зачем ему нужно какое-то отверстие для того, чтобы выйти?	279
12. Об особенностях Чистой страны Девачен	280
13. Пхова и христианство	281
14. Учитывается ли предыдущая карма, когда я воплощаюсь из Девачена?	281
15. О бессмертии	282
16. О передаче практики пхова	283

17. Через какой промежуток времени ум воплощается из Девачена?	284
18. Пхова для самоубийц	284
19. Можно ли пройти пхову одиннадцатилетнему?	285
20. О практике Радужного тела	285
21. У ребенка после пховы появился знак	285
22. Можно ли проходить пхову беременным женщинам?	286
23. Очищения во время пховы	286
24. «Большое благословение»	287
25. Пхова для животных	287
26. О беспричинном смехе на пхове	287
27. Может ли младенец родиться со знаком пховы?	288
28. Пхова и ритуальные услуги	288
29. Почему мы представляем себя именно в женской форме?	288
30. Голодание во время пховы	289
31. Когда после смерти попадем в Девачен, будем ли мы узнавать друг друга?	289
32. Что значит, когда кажется, что при дыхании воздух входит и выходит через канал?	289
33. «Сегодня утром я видела вокруг солнца радугу»	290
34. О важности передачи	290
35. Достаточно ли одной практики пхова?	290
36. Пхова для других и расстояние	291
37. Если человек при жизни очень негативно относился к буддизму, делать ли ему пхову?	292
38. Если тело разрывает на части, что тогда?	292
39. Как буддизм объясняет смерть?	292
40. О пхове вообще	293
41. Можно ли делать пхову умершему в утробе?	294

42. Помощь человеку, которому недолго осталось жить	294
43. Рекомендации относительно поведения близких умершего человека	295

АКТИВНОСТЬ В МИРЕ. ЦЕНТРЫ БУДДИЗМА

1. О приездах в Россию	297
2. Предсказание о том, что Кагью будут дохнуть как мухи	298
3. О написании книг	298
4. Как определяется цена на курс пховы?	300
5. Центры во Франции	301
6. Об экстремальных проявлениях современном буддизме	302
7. О расписании поездок Ламы	303
8. Откуда деньги на создание центров?	303
9. О ступах	304
10. «Что знаменательного произошло за год, как для вас, так и для линии Кагью в целом?»	304
11. Возраст, пол, образование и склад мышления современных буддистов	305
12. О популярности буддизма в России	305
13. Российские буддисты в других странах мира	306
14. Об упадке буддизма согласно пророчеству Будды	307
15. В Западной Европе буддизм — это мода?	307
16. «Часто ли встречается, когда группа людей делает что-то реальное, а остальные критикуют?»	308
17. Сангха — «пылесос»	309

18. О деньгах от бандитов на строительство центра	309
19. О «бессердечности» в центрах Ламы Оле	310
20. О буддийской учености	314
21. О переходе буддизма из Тибета в страны европейской культуры	317
22. О логотипе	318
23. Как обычно строится лекция	319
24. Важность того, чтобы буддийское знание об уме не было потеряно	320
25. О проведении практики пхова «для помощи умирающим и людям вообще»	320
26. О медитации на Ченрези	322
27. Трудно ли было впервые приехать с учением в Россию?	323
28. О спонсорах	324
29. О субординации и нормативах в общении	325
30. Возможно ли создать центр в нашем городе?	326

ЛИЧНЫЕ ВОПРОСЫ К ЛАМЕ

1. О своих слабостях	329
2. О комфорте и неудобстве	329
3. Об отвращении	330
4. О забывчивости	330
5. Почему вы каждый раз читаете одну и ту же лекцию?	331
6. О разных способах благословения	332
7. Находится ли Оле сейчас в Девачене?	333
8. Испытывает ли Оле какие-нибудь виды страданий?	333
9. Об отдыхе	333

10. О влиянии поведения учеников на здоровье Ламы	333
11. Вы — просветленный?	334
12. О наркотической зависимости	335
13. Пришлось ли Оле отказаться из-за буддизма от каких-либо европейских привычек?	335
14. Еще раз о наркотиках	336
15. Профессия	336
16. Работа 20 часов в сутки	336
17. О привязанностях	337
18. «Легко ли вам было изменить веру?»	337
19. Об участии в политической жизни	338
20. Об одежде	338
21. О гао	341
22. «Есть ли что-то, чего вы боитесь?»	342
23. О рок-музыке	342
24. О скачкообразности изменений	343
25. «Мне всегда интересно выяснять, как работает ум»	343
26. О будущем рождении	345
27. О мотоциклах	345
28. О принце Гамлете	348
29. Об опыте пользы от простираний	348
30. День рождения	349
31. О местежительства	349
32. О материальных вещах	350
33. О прошлой жизни	350
34. «Зачем вам так много карманов?»	351
35. О трехгодичном ритрите	352
36. Духовное имя, имя учителя и название течения буддизма	353
37. Как ощущается Освобождение	354
38. «Какие небуддийские книги произвели на вас большое впечатление?»	354

ПОЛИТИКА И ЭКОНОМИКА. ГЛОБАЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ

1. О войне в Чечне	357
2. Об отношении к акции НАТО на Балканах	358
3. Две большие проблемы в мире	358
4. О буддийских культурах	359
5. Религия — бегство от реальности?	360
6. Буддизм и бизнес	360
7. «Нужно еще и соображать, недостаточно просто быть дружелюбным»	361
8. Президент — буддист	361
9. «Каждый — сам себе центр»	362
10. О продаже водки и сигарет	362
11. Любимые газеты. Прогноз на XX лет вперед; перенаселенность	363
12. Последнее впечатление от России	366
13. О будущем России	368
14. О карме Латвии. О славянском культурном влиянии в мире	369
15. Об Америке	370
16. «Не является ли попытка решить проблемы черных со стороны белых культурной экспансией?»	371

БУДДИЗМ И ДРУГИЕ УЧЕНИЯ И РЕЛИГИИ, ШКОЛЫ БУДДИЗМА

1. Подробно об исламе	373
2. Школы тибетского буддизма	377
3. Дзогчен. Различия	381
4. Есть ли смысл в изучении различных направлений духовной жизни?	383
5. «Мои шаманские духи противодействуют моей практике буддизма»	384

6. Дианетика	384
7. «Четвертый Путь» Георгия Гурджиева	385
8. «Русские буддисты в Лос-Анджелесе были раньше христианами?»	385
9. Названия — не важны	386
10. Буддизм и понятие греха	387
11. Об учении Кришнамурти	387
12. Буддизм и христианство	390
13. Вопрос выбора между буддизмом и христианством	390
14. Отличие философии индуизма от философии буддизма	391
15. Линия Карма Кагью — секта?	392
16. Рейки	393
17. Буддизм и относительные виды знания (такие, как фен-шуй)	393
18. Аум Синрикё. Что такое «секта»	394
19. О возможности совмещения буддизма и христианства	395
20. Неприятие вредных проявлений в области религий	396
21. Дзен-буддизм	397
22. Различные направления буддизма. Ведут ли они к одной цели?	398
23. Отличие буддийского и индуистского тантризма	400
24. Об учении Рериха	401
25. О боевых искусствах	402
26. О голодании	402

УЧИТЕЛЯ, ИЗВЕСТНЫЕ ЛЮДИ. УЧИТЕЛЬ В БУДДИЗМЕ

1. Лобсанг Рампа	405
2. О просветленности учителя	406

3. Раджниш	407
4. Откуда появился Первый Кармапа	409
5. О поведении высоких лам — Ситупы и других в истории с перерождением Семнадцатого Кармапы	411
6. Сколько времени нужно учителю для осуществления полной передачи ученику?	412
7. Можно ли представлять Кармапу как активность Оле?	413
8. Коренной Лама и Лама линии	413
9. Почему некоторые гуру гоняются за парнями?	414
10. Сатья Саи Баба	414
11. Иисус Христос. Просветление в христианстве	414
12. Что сделал в своей жизни неправильного Иисус Христос?	415
13. О Борисе Гребенщикове	415
14. Главное условие для того, чтобы стать ламой	416
15. Женщина — учитель	416
16. «Есть ли ламы вашего уровня в России?»	417
17. Дипак Чопра	418
18. О качествах учителя	418
19. Стивен Сигал — сознательное перерождение?	419
20. Пушкин	420
21. Насколько необходим учитель?	421
22. «Приходилось ли вам забирать обратно ваше благословение, защитников?»	421
23. А у тебя — буддийский ум?	423
24. Важно, кто объясняет	423
25. Сколько реинкарнаций будет у Кармапы?	424
26. Олдос Хаксли	425
27. Эванс-Венц и его комментарии к «Тибетской книге мертвых»	425

28. О ламе по имени Намце Ринпоче из Канады	426
29. Четырнадцатый Далай-лама	426
30. Шри Ченмой	427
31. Карлос Кастанеда	428
32. Тимоти Лири	428
33. Махариши	431
34. Шри Ауробиндо	432
35. Линг Гэсер	432
36. О поведении Беру Ченце Ринпоче в истории с Семнадцатым Кармапой	433

СЕМНАДЦАТЫЙ КАРМАПА

1. Несколько слов о Тхайе Дордже	435
2. Когда будет коронация Кармапы?	436
3. Имеете ли вы поучения, данные Ситу и Гьялцабом Ринпоче?	437
4. Как будут развиваться события в связи с наличием двух кандидатов на роль Кармапы?	437
5. Вероятно, Шестнадцатый Кармапа хотел дать толчок развитию Кагью в двух направлениях: на Западе и на Востоке?	438
6. Последние новости о Кармапе	439
7. Новости из Румтека	441
8. Когда состоится церемония Черной короны?	442
9. Подтвердилась ли подлинность пророческой тханки Десятого Кармапы с именем Тхайе Дордже?	442
10. Является ли Семнадцатый Кармапа просветленным?	442
11. Почему у Семнадцатого Кармапы плохое зрение?	443
12. Шестнадцатый и Семнадцатый Кармапы	443

13. О возможности встречи «двух Кармап»	443
14. О Черной короне	445
15. Семнадцатый Кармапа и Далай-лама	445
16. Семнадцатый Кармапа и русский язык	446
17. Семнадцатый Кармапа и медитации	447

ТИБЕТ

1. Что пьют в Тибете?	449
2. Правда и выдумки	449
3. О проблеме взаимоотношений Китая и Тибета	452
4. О поддержке Тибета	453
5. О Панчен-ламе	454

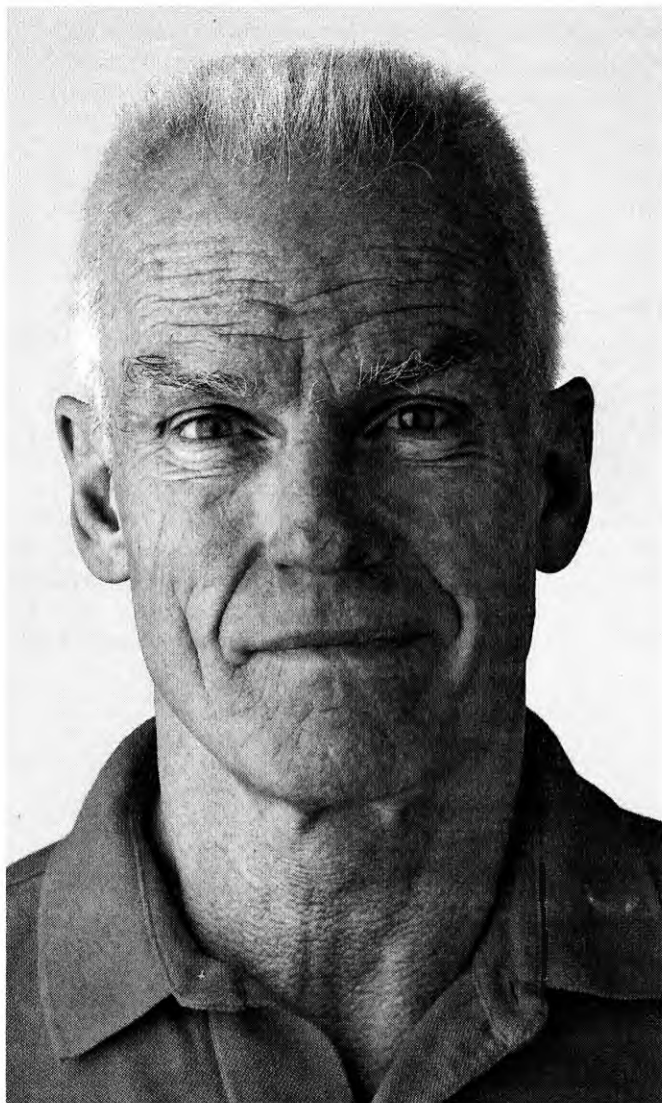
ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

1. Табак и алкоголь	457
2. Наркотики	458
3. Об употреблении наркотиков	459
4. Мантра для того, чтобы бросить курить	460
5. «Хочу отказаться от обета не пить крепких спиртных напитков»	460
6. Как можно помочь человеку, зависимому от наркотиков?	461
7. Не нужно повторять ошибки!	462
8. О питании	463

ЛАМА ШУТИТ

1. Охота, рыбалка? Нет проблем	465
2. «Съехала крыша» — можно пить больше водки	465

3. Средство против ярости	466
4. Мочевой пузырь и щедрость	466
5. Немного самокритики	466
6. О пользе загара	467
7. О практике недеяния для лентяя	467
8. Когда нужна вата в ушах	468
9. Об искусстве быть деликатным	468
10. Рис и амебы	468
11. О мотивации при приеме лекарств против глистов	469
12. Об отличительных признаках следующего воплощения Оле Нидала	469
13. Анекдот про датчан	469
14. «Как преодолеть физическую неприязнь к партнеру, если он внешне не очень нравится?»	470
15. Об искусстве создания порядка	470
16. Нужны ли отверстия в Черной Короне?	471
Традиция Карма Кагью в России и в мире	472



От редакции

ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Мы представляем вашему вниманию переиздание собрания ответов на вопросы, записанных на лекциях и встречах Ламы Оле Нидала с учениками.

Этот сборник, первое издание которого датируется 2000 годом, охватывает шесть поездок по странам бывшего Советского Союза, Прибалтике и Польше, которые состоялись с 1997 года по 1999 год.

В данном, обновленном, издании были убраны некоторые вопросы, потерявшие свою актуальность за последние 13 лет. В остальном мы постарались сохранить большую часть вопросов в неизменном виде, поэтому вы увидите, что многие ответы содержат информацию, относящуюся к тому историческому периоду общественной и политической жизни, а также к тому этапу становления буддизма в нашей стране и в мире в целом.

За эти годы стремительного развития буддизма Алмазного пути значительно выросло количество центров и учеников Ламы Оле Нидала. На момент переиздания этой книги число функционирующих центров и групп медитации превысило 600 во всем мире, и 85 в России. На постсоветском пространстве

образовались и активно действуют группы на Украине, в Беларуси, Казахстане, Киргизии и Грузии.

Современные средства коммуникации, доступные авиалинии и упрощение пограничных режимов в западной части мира, а также скоростной Интернет, позволяющий ученикам иметь доступ к прямым трансляциям лекций Ламы в любой точке мира, стали источниками роста современной западной модели буддизма как единого живого организма.

Кроме повсеместного роста центров в городах, центров для уединенных медитаций на природе (ретритных центров) и строительства Ступ, современный буддизм Карма Кагью обзавелся главным общемировым центром активности и встреч всех друзей на пути — «Европа Центром». Это настоящая жемчужина в немецкой части Альп, растущая совместными усилиями всех стран, в которых представлен Алмазный путь.

Глава традиции Карма Кагью, Его Святейшество Семнадцатый Гьялва Кармапа Тринле Тхае Дордже, выросший и получивший как традиционное, так и современное западное образование в свободном мире, теперь активно путешествует по всему миру, давая многочисленные лекции и Посвящения десяткам тысяч своих учеников. В 2009 году Гьялва Кармапа впервые побывал в России, посетив Москву, Санкт-Петербург, Элисту, Иркутск, Улан-Удэ и Владивосток.

Теперь несколько слов об авторе для тех, кто с ним пока не знаком.

Лама Оле Нидал — личность поистине уникальная. Родом из Дании, последние 40 лет он провел в дороге, совершая ежегодно одно-два кругосветных путешествия. Цель его деятельности — распространение древнего и, с другой стороны, весьма современного знания и методов тибетского буддизма в нашем мире.

В конце 1960-х годов во время свадебного путешествия Оле и Ханна Нидал встретили в Непале

одного из величайших в мире духовных учителей, Шестнадцатого Кармапу Ранджунга Ригпе Дордже. Став его первыми западными учениками, в течение следующих нескольких лет двое европейцев жили в Гималаях, осваивая и применяя на практике учение Будды. Получив всю необходимую передачу методов, они согласно пожеланию Кармапы в 1972-м году отправились домой, в Европу, и занялись основанием центров буддийской медитации.

С тех пор за многие годы Лама Оле и Ханна Нидал основали множество центров и буддийских групп по всему миру. Оле почти все время уделял лекциям и организационной работе, а его жена Ханна во всем ему помогала, оказывая при этом также неоценимое содействие работе учителей-тибетцев как на Западе, так и на Востоке. В 2007 году Ханна ушла из жизни в возрасте 61 года, оставшись для многих тысяч друзей и учеников неиссякаемым источником вдохновения и силы.

Даже сейчас, в свой 71 год (на 2012 г.) Лама Оле редко проводит более двух дней в каждом городе на маршруте своего нескончаемого путешествия. Обычные дни Ламы — это перелеты, встречи, публичные лекции, беседы в группах учеников, интервью, пресс-конференции, а в промежутках — ответы на сотни писем, обычных и электронных, на телефонные звонки, а также написание новых книг и статей.

Оле Нидал — автор нескольких книг. Они все переведены на русский язык и выпущены у нас в стране. В их число входят как автобиографические книги — «Открытие Алмазного пути» и «Верхом на тигре», так и посвященные буддийскому учению. Например, «Каким все является» описывает основы, «Великая Печать» содержит в себе углубленное знание об уме, а «Книга о любви» раскрывает буддийский взгляд на глубину взаимоотношений между мужчиной и женщиной.



Краткие вводные выступления

**МАРТ 1999 года, Санкт-Петербург,
вступительное слово на встрече
с буддийским центром**

У нас сейчас была самая лучшая поездка по России. Я довольно много рассказал об этой поездке вчера, на лекции. Я рассказывал, что мы видели везде рост и хороший интерес. Мы еще не уехали, а мне уже хочется сказать, что я жду новых встреч с вами.

Итак, общение с вами принесло мне много радости. Это настоящая привилегия. Может быть, вы этого не знаете, но тот факт, что ваш мир сошел с ума совсем недавно, наполнившись новыми впечатлениями и возможностями после холода эры динозавров, которая продолжалась 75 лет, позволил сохраниться в России некоторым вещам, которые не следовало выбрасывать нам на Западе. Теперь нам будет очень трудно их вернуть.

Например, способность на чем-то сосредоточиться. Когда смотрите MTV и прочие каналы, особенно американские, вы можете спросить себя, почему кадры длятся не более четырех-шести

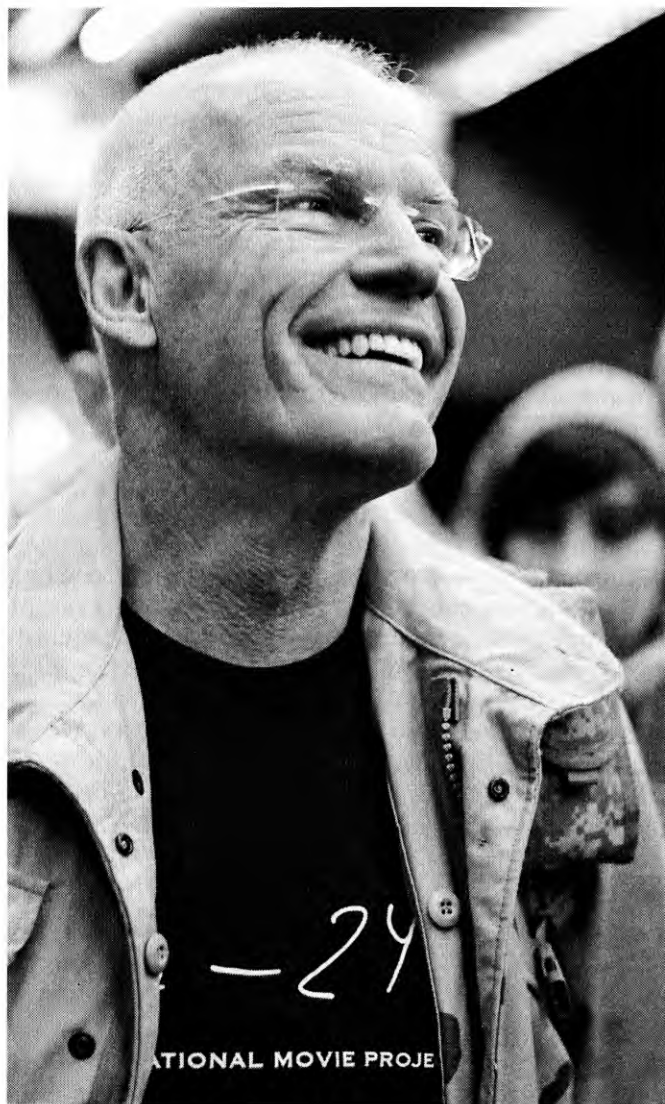
секунд. Причина в том, что многие современные люди не могут сосредоточиться более чем на пять-шесть секунд. Это, конечно, в большей степени касается жителей гетто, но также городов и пригородов. А у вас была такая скучная система, так много давления, все было таким серым, что вы сохранили некоторые глубокие внутренние качества, такие как способность к концентрации. Я также думаю, что вы ищете большего в своих взаимоотношениях и больше открываетесь друг другу, чем многие люди на Западе. Таким образом, у вас сохранились некоторые качества, которые в большей части мира потеряны. Я сам отношусь к старому поколению, и в наше время люди также много учились, читали книги, вместо того чтобы просто глазеть на меняющиеся картинки. Я могу вам сказать, что иногда, работая с очень современными людьми, я бываю вынужден все время совершать какие-то движения телом, чтобы они не отвлекались. Это немного мелко. Но когда я приезжаю сюда и слышу ваши вопросы, это приносит мне огромное удовлетворение.

В группе, которая ехала вместе с нами от Владивостока, около тридцати западных людей и двадцати россиян. И почти каждый день иностранцы говорили мне: «Такие хорошие, осмысленные вопросы!» Это ваш дар, радуйтесь этому и не упускайте это. Я работаю в Польше с 1976 года. В то время она также являла собой серый посталинистский мир. Вначале к нам пришло много сильных людей, и, поскольку было мало отвлекающих факторов, они обрели глубокие корни в медитации. Сейчас Польша стала западной, в очень высокой степени, и единственным средневековым влиянием осталась католическая церковь. Людям, которые начинают сегодня, не так легко обрести нужную сосредоточенность.

Так что используйте свой шанс. Сейчас у вас низкий материальный уровень жизни, но так будет не всегда. Повышаются цены на нефть, и вы также производите все больше вещей в своей собственной стране. Там, где раньше вы покупали датское или американское пиво, сейчас вы покупаете российское пиво, и это ваш путь к богатству. Но пока вы не очень много можете делать, поскольку нет активного движения денег, и так далее, — не началась настоящая конкуренция. Пожалуйста, считайте это поводом для того, чтобы медитировать еще больше. Используйте эти месяцы и годы для того, чтобы становиться внутренне сильными. Впоследствии вы станете богаче, и вас будут отвлекать всевозможные вещи. Что бы ни происходило в России в общем, пользуйтесь возможностями для узнавания своего ума.

Наблюдайте также за мужеством людей, за тем, как они справляются со всевозможными ситуациями, гордитесь тем, что в России есть эта сила, которой нет во многих странах, — там люди чаще напоминают капризных женщин, которые жалуются, когда не получают то или это. Вам есть чем гордиться, у вас много замечательных качеств, и вы можете обнаружить их сейчас. Это все, что я хотел сказать, теперь я жду ваших вопросов.

Наша следующая встреча будет летом. А пока мы будем присылать к вам хороших учителей. У нас уже есть около дюжины хороших учителей-россиян, которые могут ездить и учить без переводчика.



**МАРТ 1999 года, Рига,
вступительное слово на встрече
с буддийским центром**

Хорошо, что смог подхватить Войтек и меня подстраховать. Я подхватил грипп где-то в Бангкоке, пронес его через Дели, Гималаи, Москву, Владивосток и восточную Транссибирскую магистраль и донес до вас. Я болею впервые за пять лет. Даже с таким крепким телом, как моё, необходимо немного покоя, чтобы поправиться, а я себе этого не позволяю. По-моему, сейчас это последняя волна болезни. Сегодня мы были в приятной теплой сауне, где я постарался все это смыть, вывести из своего организма.

Я рад видеть, что вас так много; я не знал, что здесь такой большой интерес. Хотя мне запомнились ваши вопросы с прошлого раза — они меня тогда действительно порадовали. Мы должны думать, что мы все являемся партнерами в очень большом деле. Все в мире говорят о том, что из-за перенаселенности исчезают тысячи видов растений и животных, но мало кто знает, что в разных местах мира теряются духовные ценности. Я общался со знахарями в Южной Африке и Южной Америке, в районе Амазонки, и они обладают очень интересными видами знания — хотя и не о самом уме, но о глубоких подсознательных процессах, происходящих в нем. Что касается самого ума, то тут нужно обращаться к Будде; но понимание различных процессов в уме есть в разных культурах. Эти джентльмены не имели возможности продолжить линию своей преемственности: некому было ее доверить. Во всем мире большая волна культуры кока-колы и легких решений приходит на смену ценному старому знанию. Конечно, некоторые культуры невозможно было бы спасти, что бы мы ни делали. Но есть также культуры, имеющие письменный

язык и высокий уровень понимания ума. Они хранят знания и поучения, которые в большинстве мест исчезли из-за завоеваний, истребления хранителей знания и религиозных преследований. Среди культур, которые наверняка можно принимать всерьез, — тибетская.

Вскоре вы прочтете книгу Томека¹ «Жулики в рясах»² и увидите, что и в Тибете не все было устлано розами, — были и политические игры, и ошибки. Но в то же время в течение 900 лет там происходила передача очень важных знаний, которые поистине преображают людей. Сначала это учение существовало около 1500 лет в Индии, пока его там не уничтожили мусульмане. Затем учение переместилось в Тибет и жило там, пока его не уничтожили около 40 лет назад новые варвары с красной книжкой председателя Мао в руках.

Особенность этого учения в том, что необходимо иметь опыт его практики. Соответственно, необходимы люди, которые имеют этот опыт, для того чтобы с учением можно было работать. Если представить, что буддизм вдруг исчез, а через 500 лет люди снова нашли буддийские книги, то в этом случае могли бы быть воссозданы два первых уровня учения Будды — Тхеравада и Махаяна:

- Тхеравада говорит о том, чего лучше избегать, так как иначе мы становимся невротичными или сталкиваемся с неприятностями;
- Махаяна говорит о таких прекрасных вещах, как сочувствие и мудрость, но это тоже общие понятия.

Но что касается Алмазного пути, непосредственного опыта самого ума, то его можно получить только

от того, у кого он есть. Нам пришлось бы ждать нового Будду, который смог бы опять убедить нас в том, что ум — это Ясный свет, и дать соответствующие методы, а это долго. И особенно в нашей школе тибетского буддизма необходима прямая передача от учителя к ученику.

Мы всегда очень хорошо относимся к учителю, и не потому, что он существенно отличается от нас. Будда говорит нам, что у всех нас есть природа Будды, и единственная разница между нами и учителем в том, что он немного больше медитировал, получал немного больше поучений или упорнее работал. Он попросту является связующим звеном с учителями прошлого, и это открывает нам доступ к опыту. Если почитаете книгу Томека «Жулики в рясах», вы, возможно, заметите большое несоответствие между знанием, которое есть у людей, и их реальным поведением. Меня это также удивляет, но передача все равно работает. Есть учителя, которые называют себя пылесосами: они могут чистить других, не обязательно будучи совершенно чистыми сами. С другой стороны, культура будет потеряна, если люди будут вести себя так странно, что никто не захочет у них учиться. Поэтому я всегда советую всем учителям, чтобы их слова не расходились с делами. Я рекомендую им вести себя так, чтобы другие могли отождествляться с ними и понимать, что происходит. Когда будете читать книгу Томека, имейте в виду, что все эти люди все еще имели подлинные передачи; они просто ввязались в политику, что им оказалось не по плечу, и одурачили сами себя. Мы надеемся скоро вытащить их из политики и поручить им читать книги, объясняя их содержание, что они могут делать очень хорошо.

Итак, если потеряется эта передача, то потеря будет невозполнимой. Мы все — соратники в том, чтобы не позволить этому произойти. Мы можем

¹ Томек Ленерт — секретарь Ламы Оле Нидала.

² *Ленерт Т. Жулики в рясах.* СПб.: Алмазный путь, 2004.

покупать и продавать множество вещей в этой жизни, ездить на машине большего размера, чем у соседа, или больше него потреблять разных вещей, но, когда нас вынесут ногами вперед, мы убедимся в том, что у последней рубашки нет карманов: мы ничего не сможем взять с собой. Материальное имеет незначительную важность. Но если мы сможем использовать в какой-то степени нашу жизнь для того, чтобы сохранить эту передачу и позволить ей расти и приносить пользу другим существам, то это поможет им в жизни, в смерти, после смерти и в будущих жизнях.

Тогда наша жизнь приобретет действительный смысл. Большой смысл. Вот что мы все будем делать.

Мы все увидим этот рост, увидим, что это нечто очень ценное, и в следующие годы вы станете свидетелями того, как другие люди получают пользу от учения, находят свой потенциал и силу и тоже делятся ими с другими. В этом плане мы действительно коллеги.

Итак, нас объединяет что-то хорошее, но мы недостаточно часто бываем вместе. Мы все имеем выход в Интернет, и вообще есть много информации — особенно на русском языке. Благодаря превосходному сотрудничеству Вагида и Андрея, который выпускает книги, вы часто получаете на русском информацию быстрее, чем люди в Германии, Англии или Польше. Но, несмотря на это, мы мало времени проводим вместе. И поэтому нам нужно использовать то время, которое есть у нас сейчас, для вопросов.

**СЕНТЯБРЬ 1997 года, Ужгород,
из вступительного слова
перед пресс-конференцией**

В мире существует два вида религий. Один основан на вере, а другой — на опыте. Все религии веры появились на Ближнем Востоке, и это — религии, которые в основном известны в Европе: христианство, иудаизм и ислам.

Вы знаете черты этих религий: Бог, у которого есть определенные пожелания, создает, судит и наказывает. Он — личностен. Целью религий веры является выполнять пожелания своего бога. Эти религии также стремятся обращать других в свою веру и распространять свое послание.

В общем, они говорят, что либо вы с ними, и тогда вы правы, либо вы против них, и тогда вы не правы. Та религия, о которой мы будем говорить сегодня, буддизм, происходит не с Ближнего, а со Среднего Востока. Это религия опыта, и у нее совершенно другая цель — полное развитие человека. Там нет веры, нет догм. Будда не является карающим, осуждающим или творящим богом; он — ваш друг.

Буддизму несвойственно миссионерство. Буддийский учитель рассказывает о том, что он знает, если это кому-то интересно. Некоторым учение нравится (что, конечно, учителя радует), но если кто-то решает думать иначе, то буддийский учитель считает, что есть разные истины для разных типов существ. У людей разные нужды, разные качества, разные способности, и у них должна быть возможность находить то, что им подходит.

Поэтому у нас нет, например, проблем с христианством. Христиане знают, что люди, становящиеся буддистами, слишком независимы и критичны и потому никогда не стали бы христианами. Они знают также,

что мы уважаем их за хорошую социальную работу, которую они делают, в то время как мы знаем, что их впечатляет наше знание об уме и медитации. И мы везде прекрасно сотрудничаем с христианами, за исключением одного священника в Греции, который устроил поджог нашего местного центра для медитационного уединения. Насколько мне известно, этого священника сейчас заменяют другим, который умеет читать и писать.

Сейчас все бывшие коммунистические страны становятся свободными, тогда как мы на Западе свободны уже давно, и выясняется, что многих людей интересуют не только внешняя свобода — возможность делать и говорить то, что хочешь. Они желают также внутренней свободы и учатся раскрывать свой ум. И цель у нас только одна — давать людям инструменты для работы с умом.

Конечно, существуют разные виды буддизма:

- одни направлены на то, чтобы давать людям покой;
- другие — на то, чтобы давать им богатую внутреннюю жизнь;
- третьи — на то, чтобы как можно быстрее давать им полный контроль над своим умом.

Еще только хочу сказать, что Томаш здесь — мой очень близкий друг, который является прекрасным представителем нашей работы. Мы поддерживаем связь друг с другом так хорошо, как можем. Мы действительно как одна семья.

Итак, пожалуйста, задавайте любые вопросы. Вы видите, что я не монах, меня не нужно оберегать от чего-то, и вы можете спрашивать обо всем.

**ЯНВАРЬ 2000 года, Москва,
вступительное слово на пресс-конференции**

Президент Российской Ассоциации Буддистов Школы Карма Кагью, Александр Койбагаров: Здравствуйте! Спасибо за то, что вы пришли сюда.

Мы начинаем пресс-конференцию Российской Ассоциации Буддистов Школы Карма Кагью и международной организации школы Карма Кагью, духовным главой которой является Лама Оле Нидал. Пресс-конференция посвящена истории, которая две недели назад взбудоражила весь мир. Результатом этого стала волна сообщений в мировых и, естественно, также и в российских средствах массовой информации.

История очень романтическая: 14-летний мальчик, глава школы Карма Кагью, пешком прошел за пять дней 1400 километров по заснеженным Гималаям, стер в кровь ноги и руки и появился в Индии, в резиденции Далай-ламы. Там он сделал заявление о притеснениях, которым подвергают буддистов в Китае, имел беседу с Далай-ламой. По этому поводу возникли трения между странами, опять заговорили о нарушениях прав человека в Китае, и т. д. и т. п. Мир был очарован этой историей, многие издания стали ее смаковать. Вот наш популярный журнал «Итоги»: все красиво, красные одежды, снега, мальчик...

Это — сказка. Жизнь гораздо сложнее. И интересное. И как раз об этом мы хотели бы вам рассказать.

Лама Оле: (смеется) Сказка. Да.

Я благодарю вас всех за то, что вы пришли. Да, есть эта история, но все не так просто, как кажется, — под ней есть своя подоплека. Есть политическая сторона

истории, а есть духовная. С помощью моей милой жены, которая очень хорошо думает, — сам я больше говорю, — я расскажу вам немного о том, как все это выглядит на самом деле.

На протяжении многих столетий лучшим средством подчинения Тибета были так называемые воплощенцы. В буддизме считается, что ум не производится мозгом, но трансформируется им. Другими словами, мозг — не радиостанция, а радиоприемник. То есть ум — это как бы программа, переходящая из одной жизни в следующую, и в ходе каждой жизни мы что-то делаем. Большинство существ занято тем, что происходит в уме, — они продают и покупают, приобретают и теряют, но некоторые начинают искать то, что наблюдают, то, что осознают. Вместо объектов ума они обращают взор на сам ум. У этих людей развиваются весьма необычные качества:

- бесстрашие — в результате осознания того, что ум — пространство и поэтому неразрушим;
- радость — в результате видения богатства и полноты потенциала этого пространства;
- сочувственная любовь — как следствие видения того, что все существа хотят счастья так же, как мы сами.

И люди, у которых развиваются эти качества, представляют собой, конечно, большую ценность. В каждой новой жизни их ум подобен зеркалу, на котором очень мало пыли, и эту пыль легко можно стереть. Эти люди никогда не теряют способности вдохновлять других на познание своего ума. Это и есть линии учителей-воплощенцев в тибетском буддизме, которые теперь рассеялись по всему миру. Это не связано с расой — у нас есть также западные воплощенцы.

Таким образом, эти очень ценные люди сохраняют от жизни к жизни связь со своими учениками и по этой причине пользуются большой силой влияния.

Китайцам не удалось уничтожить тибетскую культуру обычными средствами (хотя из 6 миллионов человек они убили, наверное, 1,5 миллиона), и тогда они решили снова воздействовать на тибетцев через процесс выбора этих воплощенцев. Возможно, что такое решение было принято в начале — середине 80-х годов. И первым объектом этого решения стал высший учитель линии Карма Кагью, к которой мы принадлежим, — Кармапа. В 1992 году комитет коммунистической партии восточного Тибета выбрал мальчика, который не мог быть для них опасен: можно было оказывать давление на семью, а сам мальчик не казался умным и соответственно не мог бы впоследствии стать опасным. Таким образом, они выдвинули его в качестве следующего Кармапы. К тому времени некоторые главные учителя нашей линии уже разуверились в том, что смогут найти нового Кармапу, и, когда китайцы пообещали, что разрешат им восстановить свои монастыри в Тибете, если те примут китайский выбор, они согласились.

Что касается Далай-ламы, то он питает надежду, которую я очень поддерживаю, — вместо того, чтобы быть Далай-ламой Тибета, стать Далай-ламой всего Китая. По этой причине он во многом потакает китайцам, — полагая, что осуществление его надежд принесет большую пользу.

Итак, некоторые наши учителя также пошли на сотрудничество с китайцами и согласились с тем, что этот мальчик, которого никто не проверял, является Семнадцатым Кармапой. С целью придать этому дополнителный вес, было произведено подложное письмо с предсказанием. Мы уверены, что оно подложное, так как его не дают проверить и в нем есть много слабых мест в плане стиля и языка, которых не допустил бы Шестнадцатый Кармапа.

Мы с моей милой женой Ханной решили, что то, что хорошо для Китая, не может быть хорошо для Тибета.

Мы также посчитали, что тибетцам нужно помочь выбирать свободно, без какого-либо давления. Я сам являюсь ламой, — меня также считают воплощенцем, в большей степени защитником, — и в течение последних 28 лет мы основали около 250 центров буддизма Алмазного пути в мире, в том числе более 50 здесь, в России, от Владивостока до Калининграда³.

Мы решили встать в оппозицию этому политическому выбору и тем самым создали пространство для тибетцев, чтобы они могли действительно разобраться в происходящем. В 1994 году мы тайно организовали перемещение тибетского мальчика из Тибета в Индию, и это не получило большой общественной огласки.

Мы считаем этого мальчика настоящим Кармапой. Его зовут Тхайе Дордже. (В 1994 году в Дели, когда состоялось торжественное приветствие Кармапы в институте его имени, этот институт стал объектом нападения, когда нападавшие бросали камни в его окна.) Мы не хотели подвергать риску здоровье и свободу людей, которые помогли Кармапе покинуть Тибет, и поэтому не особенно распространялись о его появлении, не привлекали к этому большого внимания. В то время Кармапе было 10 или 11 лет, у него есть свидетельство о рождении, выданное в Лхасе, — здесь нет ничего неясного. Он жил до сих пор в Дели и в Калимпонге, в восточных Гималаях, и получал полное образование, как классическое буддийское,

³ На момент данного переиздания книги Ламой Оле Нидалом основано более 600 групп и центров медитации по всему миру, 85 из которых находится в России (*здесь и далее прим. ред.*).

так и современное. Две недели назад он по нашему приглашению приехал в Германию, где 2 и 3 января его приветствовали 6000 наших учеников. В том числе были три больших автобуса из России, 200 человек. Были там люди и из Владивостока, и из Иркутска. Я думаю, что он всем понравился во время проводимых им мероприятий, хотя ему всего 16 лет. Мы являемся самой большой традиционной буддийской организацией на Западе — по крайней мере, на уровне Алмазного пути — и поддерживаем Кармапу Тхайе Дордже.

Затем мы отвезли его во Францию, где есть монастыри, и, находясь с ним там, узнали новость о бегстве китайского кандидата. У той стороны есть несколько человек в Дели, работающих на CNN и прочие информационные агентства, — особенно женщина по имени Леа Терхуне, которая провела в Индии больше времени, чем любой другой репортер, и поэтому считается авторитетом. По этой причине, а также поскольку все испытывают сентиментальные чувства к Тибету (им не нравится то, что там делают китайцы, но они не могут этому воспрепятствовать), эту историю все тут же дружно подхватили, и уже несколько недель она не сходит со страниц газет.

Вы знаете не хуже меня, что писали в прессе, и вы, наверное, здесь также потому, что читали наш первый пресс-релиз. Я там утверждаю, что китайцы сами подстроили этот побег. И поначалу я действительно сделал такой вывод. Мы с Ханной совершили тайное путешествие по восточному Тибету в 1986 году и знаем, как плотна там сеть проверок. Мы не могли себе представить, что юноша мог преодолеть 1400 километров, двигаясь по многометровому слою снега через высочайшие гималайские перевалы, обходя многочисленные контрольно-пропускные пункты, без определенного содействия со стороны властей.

Но настоящая причина, почему я думал так вначале, была эмоциональная, личная. Я знаю лам с противоположной стороны, я рос вместе с ними, также и вместе с Ситу Ринпоче под опекой Шестнадцатого Кармапы. Я не мог себе представить, что наши оппоненты могли подвергнуть такому риску жизнь людей, как они, по всей видимости, сделали. В течение пяти дней после бегства мальчика его личный повар и личный слуга продолжали ходить к нему в комнату, делая вид, что все еще кормят его и ухаживают за ним, в то время как китайская полиция сидела снаружи. Когда обнаружилось, что он бежал, этих людей схватили, и сейчас их наверняка пытают. Я в этом ничуть не сомневаюсь. Я считаю, что эти люди проявили храбрость, они рисковали своей жизнью и здоровьем ради своего учителя. Я бы хотел, чтобы вы все делали все, что в ваших силах, чтобы привлечь внимание к их положению. Чтобы их не могли просто упрятать в глубокий подвал и пытать.

Это мое пожелание к вам. Я бы хотел, чтобы вы привлекли всеобщее внимание к жизни этих людей, рискующих всем, что у них есть.

Сейчас я попрошу выступить мою прекрасную жену. Ханна очень тесно сотрудничает с Кюнзигом Шамарпой, и, может быть, она захочет что-нибудь добавить с его стороны. Он является высшим учителем нашей линии сегодня, и я просто хочу убедиться в том, что не забыл ничего важного.

Ханна Нидал: На самом деле Оле почти все сказал. Может быть, стоит еще упомянуть о том, что Кармапу, которого мы считаем подлинным и который покинул Тибет в 1994 году, признал Кюнзиг Шамар Ринпоче, и согласно традиции это подтверждает его подлинность. Кроме того, мы сознательно не делали сенсации из истории его бегства из Тибета.

Лама Оле: Мы не хотели, чтобы пострадали люди, принимавшие участие в организации его бегства.

Ханна Нидал: Функцией Кармапы является учить людей и помогать им быть счастливыми в этой жизни и в будущих жизнях, и эта функция не политическая.



Теория буддизма. Общие философские вопросы

1 *Осознающий, осознаваемое
и осознание, — субъект, объект
и действие — едины. Как это понять?*

Будьте здесь и сейчас. Прямо здесь и прямо сейчас. Без надежд, без опасений; без завтра и без вчера; без удерживания и без отталкивания. С полным осознанием — здесь и сейчас. Вот как.

2 *Как вы представляете себе бога?*

В буддизме у нас много богов, но мы обычно держимся от них в стороне, потому что они говорят и делают всякие странные вещи. Если бы Аллах жил сегодня, то он сидел бы в тюрьме как преступник, и бог Ветхого Завета — также не тот, с кем вам захотелось бы жить по соседству. Если вы не хотели бы иметь их в качестве соседей, то не делайте их своими богами. Таков общий совет Будды и также мой совет.



Мы полагаем, что пространство содержит все качества, и не думаем, что существует некая энергия снаружи пространства, которая что-то делает. Мы считаем, что все, что возникает, — возникает из потенциала пространства.

Мы считаем, что идея бога-творца совершенно нелогична.

И как бы я это объяснил?

Если все вещи — здесь, а бог — там, то, значит, вещи — здесь, а бог — там. Мир — здесь, а творец или бог — там. Это означает, что у творца есть стороны: он — там, но не здесь. Или же она: наверное, женщина-творец — это более убедительно, чем творец-мужчина. Если что-то отделено от чего-то другого, если у него есть стороны снаружи, то по законам логики это должно быть составным внутри. Если что-то является составным внутри, то, значит, оно родилось, было создано, сделано, сложено из чего-то и когда-нибудь снова умрет, исчезнет или распадется. Таким образом, есть только две возможности: или все является истинным, или истины нет. Но мы видим, что есть причины и следствия и развитие возможно, и из этого делаем логический вывод, что все является истинным.

Я могу вам сказать, как объясняет это Будда:

«Не нужно умирать, чтобы попасть в Чистую страну, и не нужно идти куда-то, чтобы встретиться с Буддами. Все, что нужно сделать, — это протереть глаза».

И тогда мы увидим то, что есть на самом деле. Мы увидим, что все обладают природой Будды и каждый атом дрожит от радости и скрепляется любовью. Верно то, что умирание дает нам наиболее удобную возможность для узнавания ума, поскольку прерывается поток привычных

чувственных впечатлений. Но если бы мы могли протереть свои глаза уже сейчас, то все вокруг было бы раем, — любой звук был бы мантрой, любая мысль была бы мудростью.

Так что мы желаем всем богам всяческого счастья, но, поскольку считаем их немного странными, держимся на максимальной дистанции от них. Мы желаем им Просветления. Таков буддийский взгляд на вещи.

3 Почему умер Будда?

Есть разные объяснения этого:

- есть драматическое объяснение: однажды он решил, что должен явить непостоянство, иначе люди стали бы думать, что они тоже будут жить всегда, и поэтому меньше занимались бы практикой учения. При этом говорится, что, когда он решил стать непостоянным, весь мир содрогнулся, все обеспокоились и так далее;
- еще одно объяснение соответствует тому, что он сказал сам: что у него есть тело, а все, что рождается, — умирает;
- третье объяснение я слышал от Калу Ринпоче: Будда никогда не умирал, просто карма людей изменилась так, что они больше не могли его видеть.

Различные объяснения полезны для разных людей.

Я думаю, что он, наверное, просто состарился и умер. Но есть много объяснений.

Есть методы для того, чтобы жить долго. Но, по большому счету, они отнимают так много времени, что легче поменять тело на новое. Это просто более практично, чем все время поддерживать в движении старое тело.

Есть такая шутка об известной француженке, танцовщице. Она последний раз выступала с танцами, когда ей было около 70 лет. Все аплодировали и восклицали: «Как чудесно, вы так хорошо выглядите!» Она же в ответ сказала: «Да, но на это уходит так много времени!» В определенный момент легче переместиться в новую упаковку, чем все время ремонтировать старую, выходящую из строя.

4 При переводе вы обычно использовали слово «ум». Не кажется ли вам, что в некоторых случаях это слово подменяло понятие «сознание»?

На самом деле это правильно — все есть ум:

- если ничего нет — то это природа пространства ума;
- если что-то происходит, снаружи или внутри, — то это природа ясности ума;
- а тот факт, что может быть и то и другое, — это неограниченная природа ума.

Таким образом, осознание, сознание — это один из аспектов ума.

Если мы хотим избежать ловушки двойственности — бог и душа, я и ты, самость и другое, — то нам, наверное, нужно использовать один очень толстый палец, показывающий общее направление. Пока люди не перестанут смотреть на палец и не выяснят, что такое ум в действительности. Остальное подобно двум пальцам, показывающим в разных направлениях, — так мы не узнаем путь. Слово — не опыт; палец, указывающий на луну, — не луна; но если позволять уму как бы покоиться в самом себе, способствуя этому простотой слова, то постепенно мы сможем узнать на опыте, что к чему.

5 *Просветление достигается в одно мгновение или постепенно?*

Семена засеваются постепенно, а опыт состоит из вспышек, которые становятся все более частыми, и в конечном счете вспышка как бы не заканчивается. Если бы вы стали просветленными сегодня, то семена для этого могли засеяться на протяжении тысяч прошлых жизней.

6 *В Четырех неограниченных говорится: «Пусть у всех существ будет счастье и причина счастья. Пусть они будут свободны от страдания и причины страдания...» Что такое причина страдания — ясно. Но что такое причина счастья? Ведь счастье — это изначальное пространство. Какая же у него может быть причина?*

В этом пункте мы подразумеваем обусловленное счастье. Причина — хорошие действия.

7 *Когда вы говорите, что мы освобождаемся от эго, кто это — «мы»?*

Как бы то ни было, есть поток осознания, просто вы больше не чувствуете отделенности от того, что вокруг вас. Все еще есть поток в океане, но вы знаете, что являетесь частью океана. Вы становитесь зеркалом и отражениями одновременно. Вы можете помнить и видеть разные вещи, но они вас больше не ограничивают. Вы — не человек с одним галстук, которому все время приходится носить именно этот

галстук, поскольку это все, что у вас есть. Вы — человек с сотней галстуков: вы думаете, что хорошо для людей сегодня, и надеваете соответствующий галстук. Вы все еще можете играть в игры, но они не становятся для вас ловушкой.

Был император, который умер через 14 лет после рождения Христа, и он достиг в этом совершенства. Его звали Август. Его последними словами были: «Если я хорошо исполнял свою роль, то, пожалуйста, похлопайте». Это интересный взгляд на вещи.

8 *Возможно ли перенести сознание человека в компьютер или Интернет?*

Думаю, что, если компьютер станет достаточно сложным, там сможет жить какой-нибудь ум. Но не обязательно человеческий. Далай-лама думает так же.

Наверное, карма этого ума будет достаточно отличаться от кармы человека. Будет недоставать многих чувственных аспектов и так далее.

9 *Как медитация изменяет ум? Расскажите подробнее о фазах изменения. Можно из личного опыта.*

Вообще, ум каждого — это ум Будды. За отражениями всегда есть светящееся зеркало, а под волнами — глубокий океан. Медитации очищают алмаз нашего ума, и постепенно проявляется его совершенство. Совершенство было всегда, но если мы не сделаем ничего для того, чтобы его выявить, мы не сможем его познать. По этой причине мы очищаем ум различными способами.

Этот процесс можно сравнить с тем, что мы сжимаем семена, пока не вытечет растительное масло или прессуем угольную пыль, пока она не превратится в алмазы. Сущностная природа всегда есть внутри нас. Весь путь медитации состоит в том, что мы все больше ощущаем, как возрастают у нас хорошие качества. Если правильно медитируем, мы попросту становимся лучше.

10 *Может ли практикующий путь Бодхисаттвы позволять себе какие-либо слабости — быть небезупречным или не выполнять парамиты?*

Думайте о своей жизни как о саде. Не помещайте ничего неприятного в свой сад. Сажайте в нем красивые растения. Делайте все, что в ваших силах.

Я не думаю, что становлюсь старомодным или буржуазным, но я могу вам сказать, что чем старше я становлюсь, тем больше стараюсь совершать любой добрый поступок, какой могу, и избегать каждого вредного поступка.

Просто делайте все, что в ваших силах. Думайте так, вместо того чтобы думать: «Я не могу делать то и это». Я думаю, что все учатся в процессе действия. Радуйтесь, если получается, и не слишком расстраивайтесь, если не получается. Старайтесь не относиться к своей жизни драматически — это очень полезно.

11 *Расскажите, пожалуйста, о Буддах, которые были до Будды Шакьямуни.*

Я этого не изучал. Об этом есть много историй — сутр и так далее. Но я не могу сказать, что знаю

об этом достаточно для пространный ответа. Кто знает какие-нибудь книги? Наверно, Ханна⁴ знает. О прошлых Буддах? Нет, не истории в «Джатаках», это 500 прошлых жизней нашего Будды. О'кей, Ханна не знает. Может быть, стоит спросить Лопена Цечу Ринпоче, когда он приедет. Дело в том, что они все одинаковы. Очень небольшая разница. И поучения тоже все одинаковы. Потому что ум всегда одинаков. Вероятно, могут быть какие-нибудь незначительные отличия, зависящие от того, антенны у людей или глаза, ноги или колеса. Но вообще — ум всегда является Ясным светом. Могут возникать одни и те же мешающие чувства, и наступление Просветления тоже одинаково.

12 *Солнце — символ мужской активности, а луна — женской?*

Нет, наоборот. Солнце — это женское, а луна — это мужское. Здесь женское — это мудрость, интуиция и так далее, а луна — сочувствие, методы.

13 *Есть ли практики, которые могут уменьшить боль или изменить чувствительность определенных участков тела?*

Я не знаю, я этого не изучал. Я только заметил, что при достаточно хорошей сосредоточенности в медитации — боли не чувствуешь.

⁴ Ханна Нидал — супруга Оле Нидала, часто сопровождала Ламу в поездках. Делала большую работу по переводу для тибетских учителей линии Кагью. Скончалась в 2007 году.

14 *Один мой друг сказал: «Быть буддистом — это лишь одна из возможностей не быть собой». Как объяснить ему, что он не прав?*

Просто скажи ему, что это одна из возможностей в большей степени быть собой. Чем он хочет быть, своими ограничениями или своим потенциалом? Если он хочет быть своими ограничениями — то ему нужно держаться подальше от буддизма. Если он хочет быть своим потенциалом — то ему обязательно нужно попробовать буддизм. Ему решать.

15 *Буддизм — это религия или нет? И почему?*

Буддизм — это не религия, а «лигия». «Лигаре» на латыни означает «соединять» или «закруглять», а «ре» означает «снова». Мы не являемся религией, поскольку не считаем, что когда-то были совершенными, а затем выпали из рая. Мы считаем, что мы всегда пребывали в запутанности. С безначальных времен ум ведет себя подобно глазу: видит все снаружи, но не видит сам себя. С другой стороны, как мы это можем видеть в случае Будды и чувствовать сами, если глаз посмотрит в зеркало, то он сможет себя узнать.

Так что мы считаем, что есть состояние совершенства, но не являемся религией, — мы не выпадали из совершенного состояния и не пытаемся теперь в него вернуться.

Для буддиста это не убедительно: если мы выпали из рая однажды, то почему мы не выпадем из него во второй и в третий раз? С другой стороны, когда

мы узнаем ум, когда все становится «лигией» — все сходится и становится на свои места, — то это абсолютное состояние.

Буддизм на санскрите называется Дхарма, а по-тибетски — Чё. Это означает «Вещи как они есть».

Мы считаем буддизм по большому счету здоровым смыслом. Это значит обращаться с вещами в соответствии с тем, каковы они. Можно сказать, что мы начинаем там, где заканчивается психология: когда психология помогла людям ужиться со своими чувствами и мыслями, тогда мы ведем их еще дальше, к настоящей свободе. Можно также сказать, что буддизм — философия, но практическая, так как она дает опыт. И можно сказать также, что это не религия, а «лигия». Но в основном мы полагаем, что мы просто говорим людям о том, каким все является, и даем им возможность делать умные вещи, которые приносят счастье, и избегать глупых вещей, которые приносят страдание.

16 *Вы сравниваете ум с пространством. Говоря «пространство», мы обычно думаем об измерениях. В результате мы сравниваем ум с накоплением человеческого опыта. Как вы это понимаете?*

Я понимаю это как нечто неограниченное и свободное от препятствий, свободное от каких-либо преград. Но если вы воспринимаете так, как вы сказали, то называйте ум «нейтральным элементом, или несотворенным, или потенциалом» — как удобнее для вас. Палец, показывающий на луну, не является луной, и вам нужно найти такой палец, который подходит вам.

17 *Каждый из нас получает имя в Дхарме. Каково значение этого?*

Имена, которые я даю здесь, — Карма Пема и Карма Дордже — выражают основополагающие женские и мужские качества:

- Пема означает «цветок лотоса» — это пространство, теплота и чувства. Это женское имя;
- мужское имя, Дордже, означает «алмаз» — он сияющий и может светиться и сам по себе. Мне бы хотелось видеть, чтобы лотос и алмаз соединились, чтобы женское и мужское росли вместе в хорошем союзе, в хорошей паре.

18 *По телевизору много говорят о конце света. Как вы к этому относитесь?*

Слишком много кармы, невозможно все просто взять и остановить.

Мне 58 лет, и я уже раз 20 слышал, что скоро всему придет конец. Но женщины продолжают беременеть, а крестьяне — пахать свою землю. Все продолжается.

Когда же будет конец?

Наука говорит, что через 10 миллиардов лет, не так ли? К тому времени водород в Солнце превратится в гелий, и оно станет очень большим и поглотит Землю. Затем оно отступит, и гелий превратится в тяжелые элементы, такие как железо, медь и цинк. Тогда оно будет называться «белым карликом» и сожжет другие планеты. Затем оно взорвется, газы от него будут подхвачены другим солнцем, возникнут новые планеты — и будет новая Вселенная.

19 *Если бы Солнце было на несколько километров дальше от Земли или ближе, то жизнь, гармония мира, биологические клетки не могли бы возникнуть. Это само собой получилось или кто-то это подстроил?*

Мы однозначно считаем, что вселенная является умом. Если посмотреть, кто получал последние Нобелевские премии по физике, то все эти люди подтверждали буддийское учение.

У меня даже есть предположения о том, кто получит следующую премию. Это будет тот, кому удалось разделить на две части фотон, частицу света, так что между этими двумя частями было 300 метров и никакого сообщения. Затем произвели изменение в одной частице, и изменилась также другая. И самое дикое — это когда потом хотели изменить что-то в одной частице, но не сделали этого, а в другой произошло изменение.

Старое различие между бытием и небытием растворено. Оно относительно, но не абсолютно. Можно расщепить мельчайшие частицы атома так, что они вернуться в пространство; можно полностью освободить какой-то объем пространства от частиц, и в нем будут появляться новые частицы. Удалось сжать в частицы свет, который не имеет массы. Взрываются все наши концепции. То, что казалось нам абсолютным, — относительно и зависит от того, как это воспринимается нашим умом, нашими органами чувств. Очень интересное время.

20 *Как ты понимаешь, что для людей значит религия вообще и буддизм как религия в частности?*

Я думаю, что у любого думающего и чувствующего человека есть желание увидеть свою жизнь в более широком контексте. Люди задают вопросы о том, что происходит после смерти, и так далее. Я думаю, что определенный процент людей всегда будет задавать такие вопросы. По крайней мере, если речь идет о мыслящем и образованном населении. И люди будут хотеть также получать полезные ответы.

Буддизм находится в особенном положении в плане способности давать такие ответы:

- мы не являемся религией веры, мы — религия опыта;
- мы не говорим людям, что они должны думать, — мы учим их, как думать. Когда они работают с методами, которые мы даем, у них постепенно возникает внутренняя убежденность, которая делает их сильными и зрелыми.

Так я вижу роль буддизма и роль всех религий. Наша особенность в том, что мы не миссионерствуем. Во что бы человек ни верил, что бы его ни радовало, мы желаем ему всего хорошего. Людям нравится такая атмосфера, они чувствуют себя свободно. Я думаю, что мы принесем пользу многим людям.

21 *Что есть милосердие?*

Это опасное слово, которое где-то посередине между сочувствием и жалостью. Это немного опасно для буддиста, так как он никогда не должен испытывать жалость. Жалость — это принижение людей. Это значит говорить: «Да, я тоже думаю, что у тебя ничего не может получиться». Но буддист должен испытывать сочувствие. Видя существ в затруднительных ситуациях, нужно понимать, что и мы были в похожих обстоятельствах и не можем знать наверняка, что

не окажемся в такой ситуации завтра. Вот такой вид сопереживания. Я не знаю, куда больше относится милосердие. Я думаю, что это зависит от культуры; к тому же я не знаю русского языка, чтобы ответить точно.

22 *Ты призываешь видеть в других Будд. Как это сочетается с известным дзенским коаном: «Если встретишь Будду — убей его»?*

Что касается этого известного коана, то я всегда думаю, что его не очень хорошо перевели.

Похоже, что это какие-то абсолютные поучения на уровне, который большинству людей непонятен.

У меня есть два варианта решения проблемы:

- 1) либо это незаконченная фраза, и здесь подразумевается, что если видишь Будду как нечто внешнее или иное, то это все равно нереально;
- 2) либо здесь имеется в виду, что если это настоящий Будда, то вы не сможете его убить, что бы вы ни делали.

Но мне не нравится это высказывание. Оно требует слишком много объяснений и плохо отражает смысл буддизма. Если бы я встретил Будду, я бы поклонился и сказал: «Пожалуйста, дай мне благословение!»

23 *Если нет «я», то что тогда перерождается? Судя по логике, Ясный свет должен автоматически освободиться после разрушения тела.*

- Во-первых, Ясный свет всегда свободен, а нам нужно только это обнаружить.

- Во-вторых, то, что переходит из одной жизни в другую, подобно реке: когда вы смотрите на нее с некоторого расстояния, вы говорите: «Ага, река!»; но когда подходите ближе — видите, что это все время новая вода.

При Просветлении же нет разницы между рекой и океаном, где она заканчивается.

Таким образом, нет реального я, есть только иллюзия «самости», «себя», которая отождествляется с потоком впечатлений, происходящим в уме все время.

В абсолютном смысле — этого «я» не найти. Нет ничего неизменного в нашем теле, что мы могли бы назвать «мной», и нет ничего неизменного в наших мыслях и чувствах, — по крайней мере, в наших личностных мыслях и чувствах, — что мы могли бы назвать «мной».

Единственное, что есть на самом деле, — это лучезарное бескрайнее пространство, а оно — одно и то же во всех. Зеркало — одно и то же, но картинки — разные.

24 Что такое это?

Это — это государственный переворот в «банановой» республике. Несколько качеств ума, имеющих сильную эмоциональную заряженность, — такие как воспоминания, надежды, страх, симпатии и антипатии и так далее, — стараются контролировать все светлые, но более нейтральные качества ума — такие как способность создавать произведения искусства, заниматься наукой, математикой, запоминать, поэтизировать и тому подобное.

Как будто толстяк пытается ехать на худом ослике. Это никогда не получается. Ум должен быть как

светящаяся драгоценность, лучащаяся всеми цветами радуги: запоминанием, знанием, пониманием, осознанием, покоем, действием... Вот каким должен быть ум. Он должен реагировать на любую возникающую ситуацию на основе своей собственной интуитивной мудрости. Его не должны сдерживать всякие негибкие идеи о том, что делать и чего не делать; в этом мало свободы и радости.

25 *Как можно проверить пользу буддизма без предварительной веры? Возможно ли вообще быть по-буддийски счастливым, но без знания буддизма и веры в него?*

Есть различные пути в буддизм:

- 1) если вы много работали с буддизмом в прошлых жизнях, то вашей реакцией на встречу с ним сейчас будет, вероятно, преданность и благодарность;
- 2) если же у вас нет связи, но вы развивали свой ум ранее и достигли уровня, на котором интесуетесь потенциалом ума, то вы очень хорошо можете войти в буддизм через логику, понимание и осмысление, и не обязательно иметь всевозможные эмоции.

Посмотрите на первые четыре высказывания Будды. Они могут быть понятны всем.

- Во-первых, он сказал: «Есть страдание» — и это значит, что мы не всегда ощущаем всю ту радость, на которую способны.
- Во-вторых, он говорит: «У страдания есть причина» — эта причина заключается в неведении, неспособности знать, каким все является на самом деле. В результате природа пространства ума думает «я», а природа осознания становится

«другим», что приводит к появлению привязанности, отвращения, гордости, ревности, жадности и запутанности. Затем мы реагируем, находясь во власти этих чувств, и создаем проблемы, которые возвращаются к нам.

- В-третьих, Будда также говорит: «Есть окончание страдания» — состояние, когда мы узнаем ум как Ясный свет, который не родился и не может умереть; который открыт, лучезарно ясен и свободен от каких-либо границ. Это осознание делает нас бесстрашными, радостными и активно сочувствующими.
- И, наконец, он говорит: «Есть путь, ведущий к окончанию страдания» — этим путем являются различные методы и медитации.

Я думаю, что это все логично. И здесь не нужна преданность или что-либо еще — нужна только ясная голова. В буддизме вы можете сомневаться на протяжении всего своего пути к Просветлению. Если вы не настолько невротичны, что сомневаетесь снова и снова в одном и том же, но разрешаете одно сомнение и переходите к другому, вы можете прийти к цели. Конечно, это будет не так быстро, но когда-нибудь вы придете.

Если у вас есть доверие, вы можете впитывать опыт других, и тогда движение может быть намного быстрее. Но даже если вы хотите сомневаться, вы достигнете цели. Потому что Будда учит только тому, каким все является, и ничему другому.

26 *Не понимаю, что такое Будда.*

Если это свет, то почему свет остается неизменным?

У вас есть этот корень в славянских языках: «будик» по-польски, «будильник» по-русски, — этот корень связан с пробуждением. Это состояние ума, присущее всем нам. Время от времени по ходу истории некоторые люди открывают это состояние. И поскольку Просветление невозможно без великой доброты, то люди, достигшие этого состояния, обычно помогают другим сделать то же. А учение, которое делает нас Буддами, называется буддизм.

Итак, в историческом смысле Будда — молодой принц, родившийся в Индии 2580 лет назад и умерший 2500 лет назад. Он узнал ум, и ум, который он узнал, — это то, что смотрит через наши глаза и слушает через наши уши все время. Это не что-то другое где-то в другом месте.

27 *Насколько важно практикующему знать восемнадцать условий рождения в человеческом теле?*

Не очень важно. Во времена Будды люди, которые были не очень образованны, но отличались сообразительностью, всегда старались запоминать всевозможные вещи.

Достаточно, если вы считаете, что вас, в общем, убеждает основной принцип, и тогда вы действуете дальше.

Интересно все это читать, но помнить нужно разве что в том случае, если вы сами учитесь других. Да и учить этому тоже непросто. Когда вы должны говорить людям, что им не следует перерождаться долго живущими богами (один из 18 пунктов), то это звучит немного абстрактно и экзотично. Так что берите те пункты, которые полезны для вас. Достаточно, если это вам кажется убедительным.



28 *Я словно проснулся, наслаждаясь любовью. Может быть, счастье любви ко всем эгоистично?*

Это христианская идея — что вы не должны быть счастливы сами, когда делаете что-то хорошее. Буддисты думают иначе. Мы считаем, что хорошие дела автоматически приносят счастье и тому, кто их совершает, и признаком того, что вы приносите пользу другим, является ваше собственное ощущение счастья. Мы не ограничены двойственностью. Все взаимосвязано, и если вы чувствуете себя счастливо, делая что-то хорошее, то это просто признак того, что вы делаете что-то хорошее. И не волнуйтесь о том, что это, возможно, эгоистично.

Один древнегреческий философ утверждал, что все хорошее, что мы делаем, эгоистично. Но его философия сегодня называется «ошибкой Гедона». И почему? Потому что в случае голода мы думаем о еде, а не о хорошем самочувствии после того, как поели. Если мы делаем что-то для других, то важнее всего наша вовлеченность в это телом, речью и умом — то есть всем нашим существом.

А если какая-то часть ума думает при этом, что мы получим впоследствии какую-то награду, то это второстепенно.

Пожалуйста, ожидайте хороших чувств, когда делаете хорошие вещи, и знайте, что так и должно быть.

29 *Природа совершенна сама по себе, а человек несовершенен. Там, где нет человека, природа остается совершенной. Может быть, совершенство достигается единением с природой?*

Я не знаю, является ли природа совершенной где-либо с точки зрения обычного восприятия. Единственное, что отличает человека от других существ в его действиях, это проявление сообразительности для обретения своих удовольствий. Все животные едят друг друга, убивают друг друга, страдают, и, пока есть личностное восприятие, ничто не может быть совершенным.

Совершенными вещи являются на внеличностном уровне, но к нему мы можем прийти только через полное развитие своего ума.

Я видел настоящих дикарей — людей, которые живут в полном слиянии с природой в Южной Африке и Южной Америке. И что же? Они болели, их преследовали всякие страхи, и они не имели никакого представления о том, что вообще происходит. То есть единственный путь — это полное развитие, сверхсознательность, а не более низкий уровень сознания.

С другой стороны, при достижении этого уровня мы сможем видеть, что каждый атом дрожит от радости и скрепляется любовью. Нам нужно изменить скорее свое видение, а не вещи и ситуации.

Мы сегодня много говорим о загрязненности. Конечно, это ужасно, что коммунисты везде разбросали радиоактивные вещества. Однако если сравнить с тем, что было раньше, то этого намного меньше.

В теле среднего римлянина 2000 лет назад содержалось в 14 раз больше свинца, чем у людей сейчас, — даже у тех, кто живет в центре больших городов.

Все это относительно. Единственное, что может сделать нас счастливыми, — это совершенно функционирующий ум. По-моему, нет другого способа. Нельзя сделать мир везде мягким, однако можно надеть туфли, чтобы не было больно. Вот что, я думаю, нам нужно делать.

30 *Каким образом энергия Защитников взаимодействует с нашим умом?*

Мы обычно разделяем внутреннее и внешнее и думаем «или — или». Индуисты ищут истину внутри, христиане ищут истину снаружи, но на самом деле это невозможно разделить:

- если вы думаете о какой-нибудь Будда-форме внутри — то вокруг вас появляется поле силы;
- а если вы представляете Будду снаружи — то соответствующие впечатления всплывают внутри.

31 *Считаете ли вы Просветление единственной целью для живого существа?*

Это лучшая цель. Можно также искать денег и славы, но все это заканчивается с могилой.

Может быть, познание мира — цель не хуже, чем Просветление?

А кто познает мир?

Если ты смотришь на мир сквозь призму надежд и опасений, привязанности и отвращения, ты все равно не видишь то, что есть.

Сначала протри глаза и потом смотри, иначе будешь видеть только собственные проекции.

Я имею в виду познание законов природы.

То, как ты видишь законы природы, зависит от твоего самочувствия и настроения. Нет ничего полностью объективного, а от субъективного аспекта никак не уйти.

Делай и то и другое. Ты умный молодой человек. Работай со своим умом и познавай мир.

32 *Что говорит буддизм о том, почему мы появились здесь в этой форме и каково наше предназначение?*

С буддийской точки зрения ум сам по себе свободно играет. Он богат по своей природе и производит тела, миры и ситуации снаружи и мысли и чувства внутри. Пространство так проявляется. Таким образом, Будда говорит нам, что все является свободной игрой ума, лучезарным пространством, наполненным возможностями, и так обстоит дело вообще. Мысли появляются в уме так же, как облака появляются в небе или волны — в океане. С точки зрения чистого видения — это проявление богатства и потенциала, а с точки зрения нечистого видения — это всевозможные мешающие чувства. Все определяется нашим видением.

33 *Что вы думаете о клонировании? Можно ли этим методом повысить духовный уровень человечества?*

Если научиться клонировать Эйнштейнов, то можно было бы иметь больше интеллекта. Но духовная жизнь — это нечто иное. Здесь участвует очень много побудительных стимулов из многих предыдущих жизней.

Кто знает, может быть, клонирование позволит создавать настолько красивые тела, и это будет таким подношением, подарком, что Будды обязательно станут приходить, вселяясь в них. Возможно.

34 *Вы сказали, что ум не зависит от мозга. Что формирует пространство ума?*

Он работает с помощью мозга, но не производится мозгом. Сейчас мозг и ум смешаны, как молоко с водой. Но когда мозг умрет, ум останется, и затем будут новые ситуации, новые жизни.

У пространства нет начала, а ум является пространством, и у него тоже нет начала. С безначальных времен мы здесь, в бесчисленных вселенных, формах и ситуациях.

Значит, у ума нет составляющих?

Нет. С одной стороны, у ума нет размера, цвета, вкуса, запаха или формы, если взять его природу истины, абсолютную природу. С другой стороны, он проявляется как энергия и воспринимается. И он выражается как внешние формы, миры, тела и все остальное.

Я всегда стараюсь сделать это легким для понимания, и вот лучший способ, который я нашел: природа истины подобна водяному пару, который есть везде, но не виден; он сгущается в облака — это различные Будда-формы, идеи, чувства и так далее; он также превращается в воду, и тогда идет дождь и позволяет всему расти, и это — сочувственная активность.

Во всех трех случаях — в случае водяного пара, который подобен информации, уровня энергии, к которому относятся Будда-формы, идеи и так далее, и уровня активности тела — все это вода. Сущность этого одна.

Ум вне всех представлений:

- нельзя сказать, что он есть, никто не может его найти. Поэтому последователи Дзена говорят о «не-уме»;
- с другой стороны, происходят и воспринимаются разные вещи, и есть некая ясность, осознание, способность. Поэтому тибетцы говорят об «уме». И это пространство-осознание неограниченно.

35 У Германа Гессе есть прекрасная книга «Сиддхартха». Она — о человеке, который не захотел становиться ни индуистом, ни буддистом, а решил просто стать самим собой. И у него это получилось. Что вы думаете о людях, которые не принимают Прибежище ни в Христе, ни в Будде, а двигаются по своему собственному духовному пути, руководствуясь интуицией, и достигают результатов?

Это часто очень хорошие люди, которыми движут лучшие побуждения, но они стараются увидеть собственное лицо без зеркала. Это — невозможно.

- если никто не укажет вам на природу вашего ума — вы ее не увидите;
- если никто не скажет вам о том, что ваш ум — это Ясный свет, и не даст ощущения этого — вы все время будете искать еще более особенных, еще более прекрасных, еще более сладких, еще более духовных вещей, и будете при этом подобны тому, кто старается выменивать слепых лошадей на беззубых. Это не принесет удовлетворения.

В произведении Германа Гессе Сиддхартха много лет занимался тем, что помогал людям переправляться через реку. Но это лишено какого-либо высшего смысла. Несмотря на то, что мне нравится Герман Гессе, — а его «Степной волк» мне нравится еще больше, чем «Сиддхартха», — все же он не дает решений. Он остается среди отражений и не видит зеркала; он всегда среди волн, но не видит океана. По большому счету он даром тратит время.

36 Я плохо понимаю смысл фигур на Древе Прибежища. Когда спрашиваю, в ответ говорят, что нужно иметь больше доверия и не задавать лишних вопросов. Если я не буду спрашивать, как я что-нибудь узнаю?

- На самом деле вы видите именно то, что видите:
- если форма окружена языками пламени и держит оружие — то это ваш друг, который вас защищает;
 - если это кто-то мирный — то он вас благословляет;
 - если форма привлекательна — то она вас вдохновляет;
 - если она вызывает ощущение богатства — то вы получаете это.

И определенные формы, определенные цвета, определенное число рук и ног будет привлекать вас больше, чем что-либо другое.

Но смысл у них всех в точности один и тот же, среди них нет никаких различий в плане их сути. Таким образом, вы видите именно то, что до вас доходит. Красное, синее, полосатое... Если вам нравятся те или иные формы, то они соответствуют течению энергий в вашем теле и — полезны для вас. На самом деле полосатые у нас нет, но бывает так, что бока тела других цветов. Еще есть радужные.

Так что спрашивайте, но... есть имена на тибетском и на санскрите. И если перевести их с помощью словаря, то они уже о многом вам скажут: «Высшее Блаженство», «Алмазная Свинья», «О, Алмаз!», «Не-Эго». У всех этих Будд в женских и мужских формах есть какое-то значение. Что вы видите, то вы и получаете.

Что касается Защитников, то всегда убеждайтесь в том, что у них есть глаз мудрости на лбу. Тогда они

Бодхисаттвы. Если свяжетесь с непросветленными, они могут попросить вернуть долги, и возникнут трудности. Держитесь тех, кто вне эго.

37 *Будду Майтрею часто изображают сидящим на троне не в позе лотоса, а со спущенными ногами. Что символизирует такая поза Будды?*

Изобретение стула. На самом деле, это означает, что люди увидели его в медитации в этой позе. Теософы говорят, что эта поза указывает на его будущее западное происхождение, однако я в этом сомневаюсь. Может быть, это связано с представлениями о том, как сидит царь. На самом деле, трудно себе представить, что это медитативная поза. Так ноги нальются кровью — гораздо легче держать их наверху. В холодных странах люди сидят на стульях, а в теплых — на полу. Если помещение проветривается, то теплый воздух обычно поднимается наверх.

38 *Если находишь какие-либо изъяны в сравнениях, нужно ли в этом разбираться или не нужно обращать внимания, поскольку это только сравнения?*

Нужно всегда знать, что палец, показывающий на луну, не является луной. И нужно иметь такое широкое видение, чтобы можно было наслаждаться различными пальцами разных культур и народов. Если что-то является интересным или понятным в рамках той или иной культуры, если это действительно на основе ее особенностей, то я бы принимал это во внимание из любознательности, стремления

к знакомству с другими культурами. Однако я бы брал на вооружение только то, что полезно в моей ситуации и что я мог бы объяснять также своим друзьям, да так, чтобы они при этом не думали, что я упал и ударился головой или увлекся экзотикой. То есть нужно проводить различие между культурными феноменами, которые могут интересовать вас лично, — серой зоной, где у вас может храниться информация из всевозможных источников, и активной зоной, откуда вы смело можете показывать что-то другим. Нужно иметь и то и другое.

Я многое знаю о тибетской культуре, и иногда, — когда думаю, что люди вполне смогут это понять, — ссылаюсь на нее. Но я знаю, с какой легкостью люди запутываются (многим из них не приходилось в жизни восставать против чего-то или делать важный выбор), и, кроме того, хочу избегать любого сходства с христианством. Поэтому я стараюсь не приплетать сюда ничего лишнего.

39 *Сможет ли возродиться Ваджраяна через 500 лет, если не будет учителей, но будут найдены клады «терма»?*

Нет. Только при условии встречи с тем, кто имеет передачу и опыт. Иначе нужно будет ждать до прихода нового Будды.

И поучения кама, непрерывная линия которых донесена от Будды до наших дней, и поучения терма, скрытые поучения, опираются на людей, чей уровень ума позволяет им понимать эти поучения и передавать их другим.

Термы всегда открывают очень особенные люди. Они все, кстати, живут с женщинами. Без женщин им недоставало бы определенного вида мудрости, и они

не смогли бы находить термы. То есть уже нужно иметь некую «безумную» мудрость, какую-то степень понимания природы ума. Иначе это просто бумага.

40 *Мы можем отрицать существование и несуществование на абсолютном уровне, но как мы можем отрицать их на уровне относительном? На относительном уровне вещи либо существуют, либо не существуют.*

Я делаю это на основе того факта, что все меняется, ничто не имеет неизменной природы. Даже кусок золота когда-то появился и когда-нибудь исчезнет. Это, наверное, самый легкий способ.

У тебя есть другие идеи?

Можно также провести логический анализ — рассмотреть различные способы возникновения вещей: по какой-то причине или без причины и так далее. Есть несколько способов прихода к такому пониманию.

41 *Мне непонятна формулировка: «Когда ничего не происходит...» Объясните.*

Когда есть осознание без какого-либо объекта. Когда есть пространство, но ничего не происходит в этом пространстве. Вот что я имею в виду. В этот момент вы не должны думать: «Это черная дыра, это опасно». Вы просто говорите: «Это моя пространственная природа». Если что-то происходит и воспринимается, вы думаете: «Это моя природа ясности, моя способность осознать». А тот факт, что одновременно может быть и то и другое — и пространство,

и то, что происходит в пространстве, — это ваша неограниченная природа.

Правильно ли я понимаю, что это — такая ситуация, когда сидишь дома три дня и делаешь какую-то монотонную работу?

Да, например, это. Пространство может казаться вам тогда чем-то враждебным, мертвым, неинтересным, не светящимся.

42 *Есть ли мантра у Защитницы Белый Зонт и тайная ли она?*

Да, у нее есть мантра, и она тайная. Но Белый Зонт неотделима от Кармапы, она неотделима от вашего Ламы. Когда вы думаете о них, эта энергия в любом случае будет приводиться в действие.

43 *На какие вопросы Шакьямуни отвечал громоподобным молчанием и будет ли молчать Майтрейя?*

Вероятно, на ненужные и глупые. Но я ожидаю от Майтрейи, что он будет говорить довольно много, поскольку в то время, когда он будет учить, люди будут так невротичны, что ему, наверное, придется объяснять все по десять раз. Кроме того, он будет учить только Тхераваде и Махаяне, но не Алмазному пути. Поучения Алмазного пути-отличаются тем, что здесь несколько слов проникают прямо в центр.

Почему Майтрейя не будет учить Алмазному пути?

Потому что в то время люди не смогут понять Алмазный путь. У них будет не такая хорошая карма, как сегодня, и они будут менее сообразительны.

44 Если все явления и ситуации — просто игра пространства, имеют ли они какой-то смысл? Или они бессмысленны?

Пространство предельно наполнено смыслом. Оно богато, радостно и обладает всеми хорошими качествами, которые только можно себе представить: по своей сути оно являет собой бесстрашную информацию; по своей природе оно — радостная игра, а в своем выражении оно — мудрое и могучее сочувствие. Нет ничего важнее игры пространства.

45 Вы сказали, что Майтрейя не будет давать поучений Ваджраяны, так как люди будут слишком невротичны. А что будет с нами в то время?

Возможно, мы не будем воплощаться. А потом придем опять, когда Кармапа станет Шестым Буддой, будем частью его энергополя и вместе с ним достигнем Просветления.

Откуда это известно и какое значение имеют все эти поучения для нашей практики?

Все, что знаю, я знаю не из книг. Вот эти поучения давал Калу Ринпоче в 1970–71 году. А он знает это из поучений Будды. Будда Шакьямуни предсказал всех Будд, которые придут после него.

Что касается важности для нашей практики, то, наверное, хорошо это знать, но не так важно об этом думать. Наверно, когда вы слышите эти поучения, они удовлетворяют ваше желание в какой-то степени знать и контролировать мир. С другой стороны, если вы будете слишком много об этом думать, то вы не сможете находиться здесь и сейчас.

Кроме того, пророчества — это вообще очень сложная тема. Например, приход Короля Шамбалы. Одни школы говорят, через 350 лет, другие — через 650, третьи — через 950. А сейчас некоторые даже говорят, что, судя по развитию событий в мире, это может произойти даже в наше время. Похоже, что то, о чем труднее всего делать предсказания, — это будущее.

Будет ли время, когда мы отбросим потребность контролировать мир?

Я это сделал. Но все же есть люди, которые хотят все это знать, и я рад, что могу дать им поучения. Я могу делать гадание о всевозможных вещах, но никогда не делаю для самого себя. Я всегда хочу, чтобы каждая ситуация была свежей сейчас, в этот самый момент. Я не хочу знать, что случится, до того, как это случится. Если нужно вспоминать и сверяться, происходящее лишается своей собственной прелести.

С другой стороны, люди меня спрашивают, Калу Ринпоче мне это рассказал, и я рад, что могу передавать это другим.

46 Уточни, пожалуйста, выражение «отсечение сомнений». Значит ли это, что все сомнения в правильности взгляда нужно отбрасывать и не рассматривать?

Нет, конструктивные сомнения являются частью пути, и очень важной частью. Мы учимся, проверяя и исследуя, и Будда хотел, чтобы было именно так. Я говорю о невротических сомнениях, когда мы все время ходим по кругу и ни к чему не приходим. Этого я не рекомендую. Жизнь слишком коротка для этого.

47 *Способ восприятия животного — «здесь и сейчас». Если это так, то в чем разница между «здесь и сейчас» животного и «здесь и сейчас» человека?*

У животных множество концепций, они очень консервативны. Например, если ложе собаки переместить из одного угла в другой, ее это ужасно беспокоит, и она пойдет спать на полу на старом месте. У них много концепций.

Взять кошку, которая спит в комнате с открытой дверью. Вы закрываете дверь в комнату, и она начинает беспокоиться и все царапать, а когда вы опять открываете дверь — она снова спит. У животных много игр эго, «заморочек», застывших идей и так далее. Их проблема в том, что они не способны к обобщению, к юмору, они не могут резюмировать, не могут быстро прокрутить пленку вперед или назад. У них есть все те же проблемы, что и у нас, но они не видят из них выхода. Они, например, не могут посмеяться над собой, чтобы избавиться от невроза. Но их понимание полно всяких впечатлений, и это поистине их ограничивает. Только действительно святые люди могут находиться здесь и сейчас и непосредственно воспринимают единство субъекта, объекта и действия.

48 *Мне кажется спорным утверждение, что если у чего-то есть грани снаружи, то это нечто составное внутри. Ведь это может быть внутри монолитом.*

Тогда оно было бы всеобъемлющим. Это может быть чем-то одним, если у него нет внешних пределов. Если

у него есть стороны, то это нечто созданное, сделанное и — не всеобъемлющее, а ограниченное по своей природе. Это не может быть абсолютным. Только то, что есть во все времена и во всех местах, может быть абсолютным.

49 *Если никакие вещи не отделены от ума, то как их можно называть иллюзиями?*

Главная причина этого в том, что они не могут оставаться. Они появляются, когда сходятся определенные условия, меняются по мере изменения этих условий и снова исчезают. Будда сравнивает это с пузырьком на воде — с тем, что появляется, но чего на самом деле нет. Итак, ничто обусловленное не может оставаться, и все это подобно шоу, устроенному магом. Само по себе оно лишено какой-либо реальной природы. Реальным является только то, что действительно есть и что не меняется. И соответствует этому только природа истины вашего ума, ничто иное.

Может быть, иллюзия — не то слово?

Все является иллюзорным в том смысле, что вы не можете ни на что опереться. Какими бы молодыми, богатыми и красивыми вы ни были, однажды вас вынесут ногами вперед. Кладбище полно незамечаемых людей. Ничто не остается, и это значит, что все — иллюзия. Выглядит так, будто есть, будто имеет какую-то природу или сущность, однако это не так. Как бы то ни было, в английском языке это подходящее слово.

50 *Откуда берется цифра 1000 Будд, если даже в нашем мире существуют различные системы счета?*

Это говорит сам Будда. Он назвал имена и точно описал активность всех 1000 Будд. Об этом, главным образом, рассказывают нингмапинские ламы, у которых больше времени, чем у многих других. Единственное, относительно чего нет полной ясности, — будет ли тысячный по счету Будда учить Алмазному пути. Здесь есть разные толкования. Кроме того, считается, что Четвертый и Шестой Будда учат Алмазному пути.

Это всегда так?

Нет, в других вселенных может быть по-другому. Но у нас так.

51 *Возможно ли испытать состояние Дхармакайи?*

Да, состояния радости, активного сочувствия и бесстрашия возникают в качестве подарка пространства самому себе. Например, то состояние осознания, когда вы видите Дхармакайю, или Состояние истины, это — интенсивное, совершенно безупречное и чудесное чувство. Это как функционирование на 100%. Это — полная уверенность, вы покоитесь в собственном центре, и нет надежд и опасений, нет завтра и вчера. Вы всецело пребываете в собственном центре и не нуждаетесь в том, чтобы что-то доказывать или опровергать. Этого не постичь головой. Конечно, поучения Махаяны о том, как прийти к этому, очень важны, они удаляют неверные концепции. Но всесторонний опыт этого подобен тому, что вы держите два пальца в розетке и пропускаете все электричество Петербурга через свои кости. Это действительно превосходит все привычное.

Когда из этого внутреннего состояния уверенности и неразрушимости вы смотрите на то, что

происходит вокруг, все является богатством и только потому, что может иметь место, ни по какой другой причине. Мы обычно любим молодость, радость и любовь и не любим старость, болезнью и смерть. Но с того уровня все видится фантастическим просто потому, что может происходить. Вы видите искристую мудрость молодого тела, которое скачет и делает волнующие вещи, но точно такую же мудрость вы видите в старом теле, которое постепенно возвращается обратно в пространство и исчезает. Вне надежд и опасений, все является фантастическим просто потому, что показывает богатство ума.

Представьте себе, что в этот зал пришли плохие парни и стали бросать гранаты. На нашем обычном уровне восприятия нам бы это не понравилось. Мы ведь любим наше тело. Но с абсолютной точки зрения каждое движение разлетающихся кусков металла и плоти было бы высшей мудростью, высшим открытием, высшим выражением того, что может делать пространство. Итак, пока мы все еще к чему-то привязаны, есть «нравится — не нравится», но если мы выйдем за пределы этого, все будет свободной игрой ума, все будет лучезарным и сверкающим. Когда идея того, что есть «я», с которым что-то происходит, исчезла, все внутри и снаружи является совершенно свежим, лучезарным и значительным просто потому, что происходит, здесь и сейчас.

Если у вас нет большого опыта в медитации, то ваше сердце не сможет следовать за смыслом моих слов. Но ваша голова, по-моему, сможет. Она может? Это тот уровень, о котором мы говорим. Когда рождение и смерть подобны переодеванию, и все — и счастье, и страдание — показывает то, что может происходить в уме. И нет нужды ни в чем внешнем, чтобы это происходило.

Вы все знаете мгновения, когда тот факт, что вы можете осознавать, был интереснее того, что именно вы осознали — что-то приятное или неприятное. Это и есть то состояние, о котором я говорил, только во много раз сильнее. Кроме того, мы время от времени проявляем доброту, не ожидая ничего взамен. В этом отношении мы еще ближе к высшему постижению, поскольку это состояние нам известно лучше. И оно тоже выражает всеобъемлющий характер ума. Мы проявляем доброту, не ожидая никакой награды. Почему? Потому что — как еще мы можем действовать? Это показывает очень глубокий уровень понимания того, что мы все взаимосвязаны, что у нас всех одна и та же основная природа.

Итак, — если вернуться к твоему вопросу, — ум просто и естественно выражает эти вещи. Например, я прыгал с парашютом с сотнями моих учеников. Когда смотришь из самолета с высоты 4 километров, внизу все видится очень маленьким, и люди думают: «Надо же, я действительно этого хочу?» Это довольно необычная ситуация. Затем человек делает шаг вперед, оказывается в пространстве и — чувствует себя превосходно. Ему хочется смеяться, он чувствует себя совершенно свободно. Когда инструктор-напарник раскрывает парашют, людям кажется, что он сделал это слишком рано, и им становится скучно. И это заложено в каждом из нас. Ум естественно выражает эти бесстрашие, радость и активное сочувствие, и все это не нужно откуда-то в него вкладывать. Итак, целью Алмазного пути является показывать непосредственно на эти состояния и говорить нам: «Вот вы какие!»

В Алмазном пути мы строим дом при помощи подъемного крана. Сначала мы закрепляем понимание того, что мы все являемся Буддами, которые этого просто пока не поняли, что каждый атом дрожит от радости и скрепляется любовью, что каждая

мысль и чувство являют собой блаженство и глубокий смысл и что наше тело является храмом света; что нам не нужно умирать, чтобы попасть в Чистую страну, и не нужно идти куда-то, чтобы встретиться с Буддами. После того, как мы это уяснили, мы опускаем вниз фундамент, стены, кладем сверху крышу, и — дом готов. Если мы будем все делать с позиции богатого человека, который считает, что он уже — Будда, то все будет легко. Если мы будем действовать с позиции бедного человека, все будет трудно.

Секрет Алмазного пути в том, что мы все начинаем с позиции богатого человека. И в чем причина того, что не каждый может следовать этим поучениям, что многие люди довольствуются Тхеравадой и Махаяной? Сейчас, пожалуйста, не надувайтесь от гордости — может быть, то, что вы все здесь сидите, это совершенное недоразумение.

На самом же деле, говорят, что масса сильных хороших впечатлений, засевавшихся в ум на протяжении многих жизней, является причиной того, что нам кажется понятным и вдохновляющим поучение о том, что наш ум — это Ясный свет. Если бы в прошлых жизнях вы не работали на уровне Тхеравады, избегая негативного, у вас никогда не развилось бы богатой внутренней жизни. Если бы вы не выработали массу сочувствия и мудрости, то, услышав, что ваш ум — Ясный свет, вы просто сказали бы: «Что случилось?!» Только благодаря такому массивному накоплению хороших впечатлений свет ума в такой степени пробивается сквозь различные завесы запутанности, так много мест на зеркале вашего ума очистилось, что вы способны понимать: «Надо же, мой ум — Ясный свет и я тоже могу стать Буддой!»

Таким образом, вы — очень и очень богатые люди. Нас всех объединяет нечто поистине замечательное. Я хочу, чтобы вы это знали.

52 *Какая связь между Просветлением и Махамудрой?*

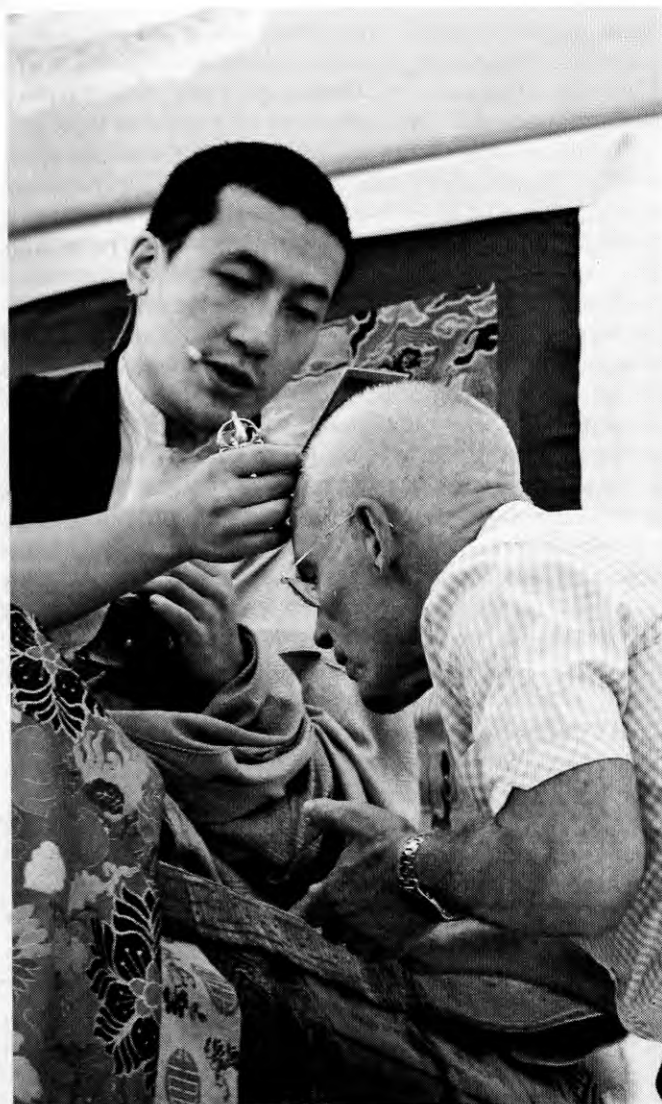
Просветление является осуществлением Великой печати. Великая печать имеет три аспекта:

- во-первых, у нее есть основа — это тот факт, что ум каждого является Ясным светом и все мы обладаем природой Будды;
- во-вторых, у нее есть методы — мы строим образы Будд и смешиваем их с собой, ведем себя как Будды, пока не станем Буддами, — постигаем природу Ясного света, которая присуща уму;
- в-третьих, у Великой печати есть плод, или цель, — никогда больше не исчезающее постижение ума как неразделимости пространства, блаженства и сочувствия.

Итак, Великую печать можно сравнить с эскалатором: мы едем вверх, уже знаем, куда, но нам все же нужно еще и приехать. А Просветление означает, что мы уже сидим наверху и работаем над тем, чтобы привести других к тому же состоянию. Это было бы коротким, прямым определением.

53 *Появляется ли ясное осознание вместе с добротой и сочувствием или они могут возникать по отдельности?*

У разных людей по-разному. Я думаю, что сам я сначала понял природу блаженства, присущую пространству, а потом его природу информации и — может быть — природу сочувствия. Но это, возможно, связано с тем, что я принадлежал к поколению хиппи, а у нас был доступ ко многим вещам, показывавшим природу блаженства ума. Наверно, мои родители



были ближе всего к пониманию ума через его состояние осознания, так как они были очень образованны. А другие понимали ум благодаря тому, что испытывали сочувствие. Есть разные пути, ведущие к этому.

Итак, меня привлекала природа блаженства, но Кармапа в своей работе опирался на сочувственную природу ума. Я был чрезвычайно гордым, знал все лучше других, и даже когда мои учителя мне что-то говорили, я сразу сверял это с тем, что уже знал. Я наверняка был очень трудным учеником, для которого требовалось много терпения. Но Кармапа поймал и удержал меня при помощи сочувствия. Если бы он попытался мне что-то показать, я бы не стал сомневаться в том, что знаю все это не хуже, и ничего бы не получилось. Но он смог растопить мое сердце, и здесь я не мог защищаться.

Против сочувствия нет шансов. Если вы общаетесь с глубоко сочувственным человеком, он может повлиять на вас так, что это остается с вами навсегда.

54 *Что вы думаете об абсолютном вреде?*

В буддизме нет абсолютного негативного принципа или какого-либо абсолютного дьявола. Мы считаем, что он уничтожил бы сам себя. Энергия, которая от нас исходит, к нам же и возвращается. В буддизме развитие происходит не на оси «зло — добро», — оно происходит от неведения к мудрости и проникающему видению.

55 *Если нет хорошего и плохого на абсолютном уровне, так ли это на относительном уровне? Если — так, то должны ли мы проявлять в жизни безразличие?*

- На абсолютном уровне есть только хорошее, просто оно не укладывается ни в какие концепции — то есть оно вне концепций.
- На относительном уровне все является сном — большим коллективным сном со множеством индивидуальных снов внутри, — но пробудиться к абсолютному можно из хорошего сна, тогда как плохой сон толкает вас в направлении все новых затруднений.

Итак, хотя и хорошее, и плохое — всего лишь сны на относительном уровне, тем не менее, делая хорошее, мы пробуждаемся и становимся способными приносить пользу другим, а делая плохое, мы только падаем. Наверное, это самое полезное объяснение. Я могу сказать вам, чему меня научили 30 лет деятельности в качестве Ламы в этой жизни: совершать даже малейшее позитивное действие, какое могу, и избегать даже малейших негативных действий. Это имеет смысл. Каждая секунда, каждое впечатление, поступающее в ум, имеет смысл, имеет значение.

Если мы относимся негативно к какому-либо событию, то мы тем самым порождаем негативное. Имеется в виду не совершение чего-либо негативного, а именно отношение: например, отношение к войне в Чечне?

Нет, если вы негативно относитесь к тому, что кто-то совершает вредные действия, то это проявление разумности. Для того чтобы ваше видение было действительно негативным, должны выполняться четыре условия:

- 1) вы должны знать, что речь идет о существах, являющихся людьми;
- 2) вы должны желать причинить им вред;
- 3) вы должны причинить им вред или организовать это;
- 4) и вы должны быть впоследствии довольны.

Когда присутствуют эти четыре фактора, можно говорить о полной негативности. Но если вы не рады и беспокоитесь, когда люди причиняют друг другу вред, — если в этом участвует сочувствие и вы переживаете такую реакцию или делаете что-то на основе стремления исправить, улучшить положение, то здесь все в полном порядке.

Например, я был солдатом в 60-х годах, довольно давно. Я считал, что наша общественная система лучше коммунистической, я был готов защищать своих родных и друзей, хотя у меня не было ненависти к русским или к коммунистам. Я просто полагал, что отдам все, что смогу, за мою свободу. И вы тоже можете руководствоваться желанием защитить свою страну, свою семью. В этом нет ничего плохого. Если этого не будут делать сильные молодые мужчины, кто будет это делать?

С другой стороны, если вы расстраиваетесь оттого, что на войну посылают неподготовленных юношей, которых просто убивают, или оттого, что офицеры настолько глупы или пьяны, что посылают танки в город, где их могут взрывать со всех сторон, то это выражение вашего сочувствия. Даже если вы злитесь и расстраиваетесь из-за этого. Если вы, в общем, желаете людям добра и хотите, чтобы происходило лучшее, то с точки зрения буддизма вы правы. Вы можете воевать, но вы не можете ненавидеть своего врага. Вы можете считать его невежественным, но вы не можете считать его окончательно злым. И вы должны стараться, по возможности, причинять минимальный ущерб.

Когда ко мне подходят солдаты и спрашивают, как им быть, я обычно говорю: «Старайтесь целиться в ноги». В этой ситуации, наверное, ничего лучшего не придумаешь. Кроме того, раненый солдат приносит намного больше затруднений для противника, чем мертвый солдат. Нужно три человека, чтобы

заботиться о раненом; а вместо мертвого просто пошлют нового солдата.

56 *Вы говорили о блаженстве, которое переживается в медитации. Как отличить его от блаженства мира богов?*

Блаженство в мирах богов — клейкое. На нем клей. Оно лично, и на нем мед, сахар и все остальное. Блаженство Чистых стран — непринужденное, как подарок, и вы с самого начала едины с этим блаженством.

57 *Оле, когда вы говорите «ум», что это такое?*

В буддизме Алмазного пути все есть ум:

- если ничего нет — то это природа пространства ума;
- если что-то проявляется, внутри или снаружи — то это природа ясности ума;
- а тот факт, что может быть и то и другое — и пространство, и то, что происходит в пространстве, — это неограниченная природа ума.

Вы, конечно, спрашиваете о воспринимающем уме. Лучшее его определение — лучезарное разумное пространство. Это — все, о чем я говорил во время лекции: он подобен пространству, ясен и не имеет предела.

58 *Будда говорил: «В стране, где все одеваются в черное и зеленое, одевайтесь в красное и желтое». Не мог бы Оле пояснить это высказывание?*

Будда всегда старался защищать своих монахов. Он одел их в специальную униформу, тем самым давая другим понять, чтобы их не трогали. Это было для их защиты.

На самом деле, когда Будда посылал своих учеников-монахов, таких как Шарипутра, навестить заболевших Бодхисаттв — не монахов, часто они не хотели идти, так как их смутили бы свечение и сила, которые появляются, когда женщина и мужчина живут вместе.

Эти непринужденность и счастье помешали бы их дисциплине. Это объясняется в нескольких сутрах.

59 *Как соединить внешнюю и внутреннюю мудрость?*

- Внешняя мудрость подобна крючку — это значит получить правильные наставления.
- Внутренняя мудрость — это ваше интуитивное состояние.

Речь идет об их соединении. Правильное слушание, правильное размышление, правильная медитация — классический буддийский путь.

60 *Что такое день Черного Плаща? Когда бывают такие дни? Насколько они важны для нас?*

Для меня каждый день — день Черного Плаща. Мы всегда поем это призывание. Когда я один, у меня есть призывание короче. Это хорошо делать всегда. День Черного Плаща в ходе лунного месяца — это 28-й день, когда нет луны. После чего жизнь как бы начинается снова.

61 *Чем больше информации, тем меньше доверия и ясности. Что делать?*

Я бы перестал черпать информацию из слишком большого количества источников. Я бы начал выяснять, в каком направлении я хочу двигаться, и затем действовал бы соответственно этому.

В начале нашего пути мы подобны человеку, который стоит в долине. Там есть много интересных указателей — можно пойти туда, и сюда, — но мы пока не знаем, что они означают. Рано или поздно нам нужно решить: «О'кей, это выглядит неплохо. Займусь-ка я этим». И затем нужно подняться по склону горы по меньшей мере на такую высоту, чтобы видеть оттуда, куда ведут другие дороги. Тогда уже можно выбирать.

Например, в Голландии многие любят говорить, что они ищущие люди. Они ищут всю свою жизнь. Но это значит, что вы рассматриваете все возможные слова, умопостроения и понятия, но не добираетесь до главного. Дело в том, что религии не одинаковы. У них разные пути и разные цели. Они используют разные слова для похожих вещей и похожие слова для разных вещей. Сравнительное изучение религий занимает 6–8 лет, и это не потому, что люди, которые изучают, глупы.

Я бы посоветовал вам придерживаться одной системы, одного направления, которому вы доверяете, и разбираться, что к чему. А затем вы станете способны выбрать что-то другое, что вам больше подходит. Но если вы только ищете и никогда не находите, вы даром теряете время. Вы всегда должны двигаться от запутанности к определенности. Так что — больше дисциплины. Придерживайтесь чего-то одного.

62 Иногда «Махамудра» переводится как «Великий символ». «Символ» и «печать» — это разные слова или что-то еще?

Слово «мудра» очень емкое, оно охватывает многое. Символ связан со знаком рук Будды, когда он сказал: «Не ищите более высоких поучений, их — нет». Но еще важнее то, что Великая печать скрепляет каждое событие и ощущение печатью подлинности — истины «здесь и сейчас». Влияние моментов, когда субъект, объект и действие больше не разделены, когда есть непосредственное понимание и восприятие, остается и не уходит. И, я думаю, это название еще лучше: «Великий символ» или «Великий знак» — это жест рук Будды; а «Великая печать» — это глубокий смысл того, что он дал, а «мудра» означает и то и другое.

63 Что говорится в буддизме о бессмертии души? Слышала, что буддизм отрицает бессмертие души.

Даже хуже того: мы отрицаем саму душу. Дальше уже некуда. На самом деле, нельзя найти никакую душу. Нельзя найти ничего неизменного, что было бы индивидуальным. Меняются все впечатления, меняются все физические факторы.

Единственно неизменное — одинаково в нас всех:

- природа пространства — которая делает все возможным;
- ясность — которая может знать и понимать;
- и неограниченная природа ума.

Таким образом, у нас нет души. Но я и не чувствовал, что мне ее не хватает. Я чрезвычайно счастлив не иметь души.

64 Если вы верите в перерождение, то что это за субстанция перерождается?

Очень хороший вопрос. Нужно, чтобы его задавали каждый вечер.

Остается идея, иллюзия «себя». Но то, что люди считают «собой», подобно реке. Если смотришь на нее с какого-то расстояния, думаешь: «Река». Но, когда подходишь ближе, видишь, что это все время новая вода. Таким образом, нет ничего личного, что передается дальше. Это — поток ощущений, обуславливающих друг друга и скрепляемых идеями «себя».

Когда это удалено, мы подобны людям, сидящим на вершине горы. С одной стороны, у нас есть обзор на 360 градусов, а с другой стороны, мы можем смотреть вниз по склону горы, видеть людей, с которыми мы раньше шли вместе, и помогать им прийти к такому же опыту.

Спасибо, но не очень легко понять.

Вполне возможно. Но сейчас вы это услышали. Однажды утром вы, проснувшись, приподнимитесь в постели и вдруг скажете: «Я свободен». И подумаете также: «Тот датский лама был хороший человек».

65 Как легче всего думать об абсолютном: с помощью речи или с помощью образов?

Это зависит от индивидуальных особенностей:

- если у вас математический ум — вы скажете «нейтральный элемент»;
- если у вас ум физика — вы можете сказать «потенциал пространства»;
- если у вас ум философа — вы скажете «пустота — это отсутствие каких-либо ограничивающих качеств»;

- а если у вас чувственный ум, как у меня самого, — вы просто скажете «пространство», подразумевая нечто неограниченное.

66 *Что такое реальность? Не является ли отождествление своего рода игрой?*

Истинная реальность — это ощущение единства субъекта, объекта и действия. Это интуитивное знание того, что происходит, основанное на подсознательном единстве со всем происходящим. Это видение без каких-либо завес надежд или опасений. Это что-то сильное, очень сильное.

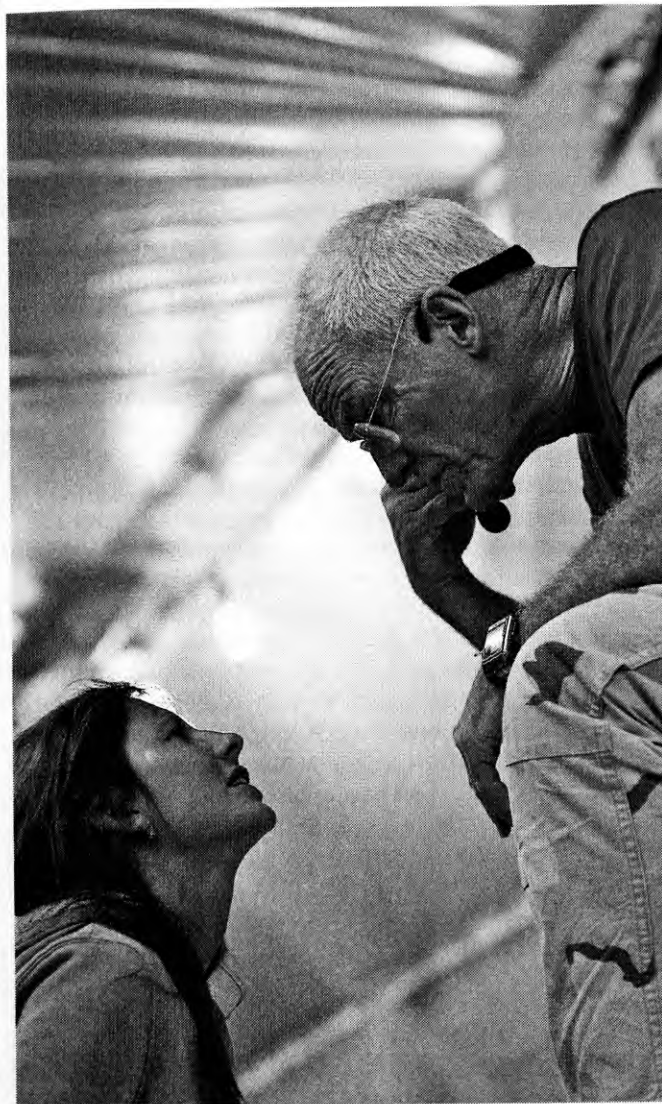
Что касается отождествления, то это зависит от того, что вы думаете. Если вы думаете, что Будда вон там — личность без усов, а вы здесь — личность с усами, то попытки соединить эти две личности станут довольно неестественными, вне сомнения. Но если вы понимаете, что сутью Будды является пространство и вашей сутью является пространство, то встреча подобна тому, как сливается вода с водой. Вы словно приходите домой, и — все получается. Совершенно другая ситуация.

Это лишь вопрос того, сколько у вас концепций. В лучшие моменты жизни субъект, объект и действие едины. Тогда вы не делаете ошибок.

67 *О каком счастье вы говорите? Если счастье есть лишь часть, то это оскорбление целого.*

Хороший вопрос. На самом деле мы говорим о двух видах счастья.

- Есть так называемое обусловленное счастье. Оно



подобно красивым картинкам в зеркале. Вы знаете, что они красивы, потому что вы видели некрасивые картинки. Об этом я не говорю, это — пустая трата времени. Ничто обусловленное или сделанное не может оставаться.

- Я говорю о свечении самого зеркала, о силе осознания ума. И это неотделимо от пространства. Если удалить последнюю картинку из зеркала, свечение все еще будет там; если успокоить все помехи волн, глубина океана будет видна лучше, чем раньше. Вот что я имею в виду под абсолютным счастьем. Счастье, которое появляется из свободной игры ума так же, как бесстрашие появляется из его природы пространства, а сочувствие — из его неограниченной природы.

Но это очень интересная формулировка. Я еще над этим подумаю, никогда раньше этого не слышал.

Целое всегда против части. Может быть, можно использовать какое-нибудь другое слово. Ведь счастье не является тем, что не является счастьем.

Нет, часть и целое — это две стороны одного и того же. Водяной пар, который не виден, облака, которые игриво проплывают мимо, и дождь, который падает на землю и позволяет всему расти, — это три выражения одного целого. Это все — вода. И точно так же все, что выражается умом, просто показывает потенциал ума. Но есть относительный потенциал, который появляется из каких-то причин, и есть абсолютный потенциал, который является постоянным состоянием ума.

68 Какую медитацию практиковал Будда?

Об этом есть много историй. В передаче Тхеравады говорят, что он сидел под своим деревом

в Бодхгайя, не заметил четырех красивых дочерей Мары, и постепенно его ум обрел покой и он увидел, каким все является.

В первых трех уровнях Тантры — Крияя, Чарья и Йога-тантре — считается, что Будда в своей медитации стал Вайрочаной, центральным Буддой. Вокруг него появились четыре других Будды — Акшобья, Ратнасамбхава, Амогхасиддхи и Амитаба; они слились с ним, и тогда его ум полностью раскрылся.

В высшем уровне учения, Махаануттарайога-тантре, считается, что Будда во время своей медитации превратился в Будду Алмазный Ум (Ваджрасаттва — на санскрите; Дордже Семпа — по-тибетски). Будды прошлого, настоящего и будущего сконденсировали свою сущность мудрости в форму белой Будды-женщины, она приблизилась, села и соединилась с ним, и благодаря возникшему равновесию их женской и мужской энергии все завесы отпали, всякая запутанность исчезла, и было достигнуто Просветление.

Это высшее поучение.

69 *Буддизм преследует цель достижения единства, целостности. Но в нем есть также различные ритуалы, которые требуют конкретных форм, то есть ограничивают. Возможно ли преодоление этого противоречия?*

Ритуалы в буддизме основаны на опыте. Они существуют только для того, чтобы растворять в пространстве мир нашего привычного восприятия и способствовать проявлению из пространства чистых миров. И формы, которые дал Будда, различные архетипы — женские и мужские, мирные и защищающие формы Будд, одиночные формы и формы

в союзе — выражают вневременные, внеличностные качества нашего ума. Некоторым людям нравится их использовать.

Что касается меня, то я наслаждаюсь формами Будд, нахожу их весьма воодушевляющими, а также очень эффективными. Но, например, один из наших величайших учителей Миларепа провел 30 лет в горах центрального и южного Тибета, и у него в пещерах даже никогда и не было изображения Будды.

Особенность тибетского буддизма, или буддизма Алмазного пути, в том, что в нем есть очень много инструментов. При этом можно основывать свою работу с умом на осознании, на энергии тела и ума или на отождествлении. После того, как вам сказали, что ваш ум — это Ясный свет, и вы поняли, что есть зеркало за отражениями и океан под волнами, — есть то, что осознает, за всем, что осознается, — с этого момента вы можете заниматься буддизмом без каких-либо картинок или символов. Можно использовать весь мир как зеркало для своего лица: ситуация, в которой вы находитесь, показывает вам вашу карму, а ваши реакции показывают вам уровень вашей зрелости. Таким образом, вы можете поступать, как хотите.

70 *Что такое Прибежище?*

Прибежище — это связь между Ясным светом твоего собственного ума и умом всех Будд. Это подобно тому, что ты смотришь в зеркало и видишь свое лицо.

- Первое, в чем ты принимаешь Прибежище, — это Будда. Это полное развитие твоего потенциала: бесстрашия, радости, активного сочувствия и так далее;

- второе, в чем ты принимаешь Прибежище, — это методы, которые тебя к этому приводят;
- третье, в чем ты принимаешь Прибежище, — это твои друзья и помощники на пути;
- и четвертое — это Лама (если ты этого хочешь). Лама является наставником, который показывает наиболее прямой путь. Вот вкратце, что такое Прибежище. Я буду рад его дать.

71 *Вы часто говорите, что физика является такой областью знания, которая подошла довольно близко к пониманию природы мира. Могло ли быть так, что Бор и Гейзенберг достигли Освобождения?*

Требуется время, чтобы произошло перемещение из головы в сердце. Можно работать со многими вещами внешне, при этом не постигнув их внутренне. Но я бы сказал, что в плане взгляда на вещи они наверняка достигли определенной свободы. Если растворить материализм и нигилизм, ваш ум будет чрезвычайно свободен. Каждый раз, когда растворяются жесткие, ограничивающие концепции, появляется больше пространства для того, чтобы ум находил свою силу. Я бы сказал, что, по крайней мере, это очень большой шаг к Освобождению.

Весь путь заключается в переходе от ощущений к ощущающему. Здесь же вы, по крайней мере, растворяете какие-то препятствия для этого перехода.



Варианты восприятия буддийского учения

1 *Возникает такое чувство, что все, о чем вы говорили, знаешь и знал всегда. Почему?*

Что ж, во-первых, это — здравый смысл; во-вторых, возможно, что у вас уже был контакт с этим в прошлых жизнях; а может быть, у нас просто очень хорошая с вами связь. Во всех трех случаях вам нужно работать с этим. То, что я вам говорю, — действительно работает.

Все стареют — но, используя буддийские поучения Алмазного пути, мы можем также становиться мудрее и счастливее, по мере того, как стареем, и это — важно. Так что пусть ваше ощущение создает у вас мотивацию для того, чтобы больше узнать и обрести способность давать также другим. Когда мои учителя учили меня, у меня было такое же чувство.

2 *Я вчера была здесь и видела, как двадцать взрослых, серьезных людей сидят в позе лотоса и что-то бормочут. Действительно ли это важно? Это кому-нибудь нужно?*

Некоторые люди спасаются от повседневности водкой, но это причина того, что в России понижается средняя продолжительность жизни мужчин. Некоторые любят поесть, любят хорошую жизнь, но и это может стать причиной смерти. Некоторые люди любят отдыхать на природе, что само по себе полезно. Люди покупают дома и машины, которые приносят им радость.

Но проблема с природой, домами и машинами в том, что они не могут стать счастливыми сами. Это наш ум чувствует счастье, соприкасаясь со всем этим.

То, что казалось прекрасным вчера, может потерять важность сегодня, и мы не можем доверять всем этим внешним вещам.

Единственное, что действительно может стать счастливым, это наш ум. И если мы можем найти ключ, чтобы раскрыть это счастье ума и позволить ему проявиться, тогда остальная жизнь — подарок.

В буддизме есть эти ключи. Будда был совершенно счастлив и учил нас открывать счастье внутри без необходимости делать множество внешних вещей. Если вы спросите меня (а я учитель не очень высокого уровня), я скажу вам, что тоже счастлив все время. Действительно, внутри. Все — новое и свежее. И это благоприятно учению Будды.

Значит, вы нашли этот ключ?

Мне дали ключ. Его трудно найти.

Люди стараются находить всевозможные вещи, создают теории нью-эйдж (нового века), выдумывают самодельные религии, но это никакие не ключи. От этого только больше запутанности.

Если что-то дает результаты уже несколько тысяч лет, тогда можно полагать, что с этим все в порядке.

3 *Если хочется медитировать, но не уверен, нужно ли тебе это сейчас: сидеть дома и ждать, когда созреешь, или сходить в центр и попробовать?*

Я бы обязательно сходил в центр. Когда у зала больше не будет вопросов, мы сделаем здесь вместе медитацию, и ты сможешь почувствовать вкус.

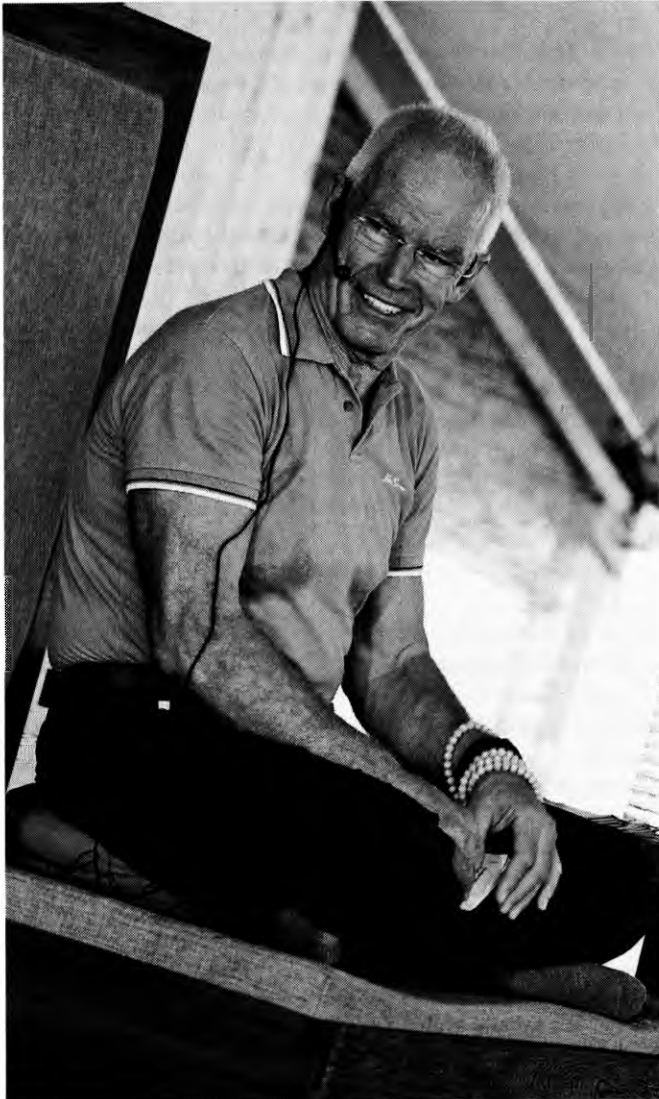
Я очень люблю мою местную группу, и я уверен, что она тебе тоже понравится. Ты уже видишь, что мы не секта, не навязываем тебе никаких богов. Будда не хотел иметь поклонников — он хотел, чтобы у него были коллеги. Если наши методы кажутся тебе чем-то подходящим, то постепенно привыкай и используй их. Это никогда не будет тебя стеснять, я тебя уверяю. Мы сами не любим ничего такого.

4 *Почему, когда я вас встречаю, у меня исчезают все вопросы?*

Потому что ты получаешь благословение.

Это один из признаков силы учителя — исчезновение вопросов. Тот или иной вопрос связан с твоим уровнем восприятия. И если ты встречаешься с кем-то, кто повышает твой уровень энергии, вопросы исчезают, поскольку они на другом уровне неуместны.

Когда ты возвращаешься на прежний уровень, — что, конечно, происходит, — то польза бывшего подъема заключается в том, что ты видишь: все вопросы были не так уж важны. Тогда ты можешь относиться к ним менее напряженно, и они разрешаются сами собой. Так на самом деле и происходит.



5 Многие мои друзья не могут понять буддизм и говорят, что они стали бы следовать буддизму, если бы увидели чудеса. Чем я могу им помочь?

Ты можешь помочь им, сказав, что они не стали бы следовать буддизму, если бы увидели чудеса. Все так думают, но это неправда.

Люди следуют буддизму потому, что они достигли определенного уровня зрелости.

У нас происходит много чудес. Если посмотреть на погоду до и после курсов пховы⁵, на количество радуг и прочих необычных явлений, то можно сказать, что мы повсеместно вытаскиваем чудеса из рукавов. А то, как изменяется ум людей, то, как они избегают всяких аварий и проблем? Мы просто-таки большая компания по производству чудес. Полезных чудес.

Но есть люди, которые, что бы вы ни делали, убеждены, что все было подстроено. Вы можете показывать им любое количество чудес, они все равно будут находить причины говорить, что тут что-то не так.

Они только говорят, что станут тогда буддистами. Как бы то ни было, если они хотят увидеть чудеса, им нужно найти волшебника. Скажи им: «Буддизм — для жизни, не для шоу».

6 Нам 12 и 13 лет. Мы не все понимаем из того, что ты говоришь. Можем ли мы делать какие-нибудь практики? Если да, то какие?

⁵ Пхова (тиб.) — практика «сознательного умирания», одно из «Шести поучений Наропы».

Если бы вы поняли все, что я говорил, вы бы стали радугами. Но если вы что-то понимаете, то это уже хорошо.

Поступайте, как хотите. Если вы не много занимаетесь спортом в школе, хорошо поделаться простирания. Очистительные мантры, пхова — все это хорошо для вашей возрастной группы. Смотрите сами.

Узнайте, что делают в центре, и выясните для себя, чего вы хотите. Но вам нужно также почитать книги. Я думаю, что в 12–13 лет вы можете извлечь пользу из работы с книгой «Каким все является». Я не очень хорошо знаю, в каком возрасте у детей развивается способность к абстрактному мышлению, но в любом случае чтение этой книги приносит пользу во многих отношениях.

7 *Если я не способен понимать учение и живу ограниченной жизнью, от которой страдаю, — как мне можно помочь?*

Послушайте, то, что я дал вам сегодня вечером, — это университетский уровень философии. Это передовое знание.

То, чему Будда учил в течение 45 лет, я постарался вложить в 2 часа. Понятное дело, что 95% могло проскользнуть в ваше подсознание, в результате чего осталось только 5%.

Но буддизм — это нечто практическое. В Тибете крестьяне говорили ОМ МАНИ ПЕМЕ ХУНГ, когда толкали свой плуг, и то же самое делали путешественники и торговцы. Они время от времени получали благословение или поучение, прочитывали книгу. Ваше Просветление не наступит за один день.

Растите так же, как дерево: с большими корнями, большим стволом, обильными ветвями и многочисленными цветами и плодами.

Мой совет — для силы используйте мантру КАРМАПА ЧЕННО. Она проводит через вас энергию всех Будд и побуждает вас делать то, что приносит пользу другим. Эта мантра означает: «Активность всех Будд, работай через меня!»

Также полезна мантра ОМ МАНИ ПЕМЕ ХУНГ. ОМ удаляет гордость, МА — ревность, НИ — привязанность, ПЕ — запутанность, МЕ — жадность, и ХУНГ — злость. Каждый раз, когда вы произносите ОМ МАНИ ПЕМЕ ХУНГ, вы протираете зеркало вашего ума.



Практика. Вопросы по медитации

1 *Как сохранять взгляд Махамудры, когда внимание занято умственным трудом?*

Можно стараться всегда думать, что видящий, видимое и видение являются частями одного целого. Можно стараться делать все из своего собственного центра. Можно стараться покоиться в собственной природе и быть без надежд и опасений, без завтра и вчера. Стараться быть тем, что осознает, — это и есть Великая печать. Не сложнее того.

2 *Есть ли различие и какое значение имеет, медитируешь ты с открытыми глазами или с закрытыми?*

Наверное, природу пространства своего ума вы можете лучше понимать с закрытыми глазами, а природу ясности — с открытыми. Наверное, для осознания внутренних энергопотоков лучше всего держать глаза закрытыми.

Это также зависит от того, кем вы работаете. Если на своей работе вы активно используете глаза — читаете, водите машину или что-то в этом роде, — то у вас будет желание закрыть глаза, потому что это будет для вас как выходной. Если же глаза не слишком напрягаются на вашей работе, у вас может быть желание держать их открытыми.

3 *Во время медитации тело начинает раскачиваться. Из-за чего это происходит и к чему приводит?*

Происходит это в силу течения энергий в теле, а приводит — к плохой привычке. В этом мало полезного. Если кто-то захочет сделать анализ работы вашего мозга, то у него будут трудности с электродами. Однажды люди хотели проверить работу мозга нескольких хороших лам, и это было трудно, так как в глубоком трансе они сидят вот так, — раскачиваются. И электроды смещаются.

Около 15 лет назад ученые из Гарвардского университета пришли к Далай-ламе (так как он был единственным, кого они знали) и сказали, что хотят провести исследования с йогами. Он сказал: «Если вам нужны йоги, поезжайте в Румтек». Тогда это был наш главный центр. Они туда поехали и нашли Бокара Тулку и некоторых других. В ходе исследований выяснилось, что во время глубокой медитации у них почти одинаковым был состав вдыхаемого и выдыхаемого воздуха. Кроме того, когда йоги начинали делать глубокое дыхание в холодном помещении, повышалась на 8 градусов температура их пальцев. В общем, там было много всего. Но провести некоторые испытания было трудно из-за вот этого раскачивания.

Со мной недавно провели исследования в университете Цюриха. Они не только сняли при помощи сканера дырки в моей голове. Ученые также дважды исследовали волны моего мозга, используя один раз 8, а другой раз 31 датчик. Если я веду себя немного по-детски, это не удивительно: мой мозг полон так называемых тета-волн, которые у большинства людей исчезают в возрасте 2 лет. Это правда. Исследователи очень удивились; они повторяли измерение несколько раз и не могли ничего понять.

Сначала они меня попросили, чтобы я помедитировал на определенные вещи, и увидели, что в какие-то доли секунды работа моего мозга полностью преобразилась. А затем также — эти тета-волны, которых у людей обычно просто не бывает. У других они подавлены всевозможными другими вещами, а у меня — нет. Мы кое-что из этого опубликуем в журнале Buddhism Today. Наверное, интересно будет почитать.

Все это можно измерить. Это не просто вера. По волнам вашего мозга можно судить, насколько вы счастливы. Насколько вы непосредственны, и насколько вы приблизились к пониманию того, что субъект, объект и действие являются частями одного целого. Или сколько вам требуется сложных умственных процессов, прежде чем что-то сделать.

4 *Могли бы вы подробнее рассказать о буддийских практиках сна?*

Нет, не сейчас. Потом...

Отвечу коротко. Главное — либо осознавать во сне, что это сон, либо переносить ощущение сна из ночи в день, чтобы быть защищенным.

Как это — из ночи в день?

Если вы сможете сохранять ощущение того, что все подобно сну, то вы всегда сможете оказываться в ситуациях «и то и другое», не будете оказываться в ситуациях «или — или» и вы будете меньше страдать.

5 *Можно ли в медитации Три Света использовать фотографию растворяющегося Кармапы?*

Если это вам помогает — да, конечно. Наверно, для этого он и растворился — чтобы кому-то помочь таким образом.

6 *Что означает боль в трех верхних чакрах? Что с этим делать?*

Что ж, немного боли — это неплохо. Поскольку энергия распространяется, то умственный рост сопровождается физическим давлением.

Если это становится слишком мешающим, что бы это ни было, то я всегда говорю: переносите это в сердце и излучайте в виде радужного света всем существам.

7 *Есть ли отдельная медитация специально для детей?*

Ты можешь просто говорить ОМ МАНИ ПЕМЕ ХУНГ или КАРМАПА ЧЕННО и думать, что Будды появляются перед тобой и наполняют тебя радужным светом. Это, наверное, легче всего. А в конце они обещают всегда быть с тобой рядом, когда понадобятся, и опять исчезают в пространстве.

8 *Как развить доверие к определенным Буддам, если это кажется слишком абстрактным?*

Тогда развивайте доверие к пространству, из которого они приходят. Этого достаточно. В любом случае это их сущность.

9 *В Элисте Лама Цечу дал посвящения в Кхорло Демчого, Качаба Дордже, Дордже Чанга и Белую Тару, но мы не успели записать их мантры. Как нам быть, у кого спросить?*

Говорите КАРМАПА ЧЕННО. Это просто разные аспекты одного и того же, у них всех одна и та же суть. Лучше углубиться в одном месте, чем царапать поверхность во многих местах. Для нас различные Будда-аспекты — это разные грани ума Ламы.

10 *Есть ли в Кагью чисто женская передача?*

Есть Шесть доктрин Нигумы, передающиеся в линии Шангба Кагью. Нигума была то ли подругой, то ли сестрой Наропы — есть разные мнения на этот счет. Там в меньшей степени требуется физическое усилие и проще визуализации, чем в Шести доктринах Наропы. Очевидно, они приносят такие же результаты.

11 *Оле, во время пховы все было хорошо, а сейчас мой Девачен⁶ разрушен. В чем дело?*

⁶ Девачен (тиб.) — Чистая страна высшего блаженства.

Что ж, оставаться в нем все время — трудно. Но со временем ты сможешь это делать все дольше и дольше.

Большинство людей думает, что признаком развития является усиление состояния блаженства. Это, конечно, так, но это не самое важное. Важно то, что периоды без блаженства становятся все короче; что состояния во время медитации и после медитации становятся все более похожими.

Мы избегаем «американских горок» — взлетов и падений, перепадов настроения. Таким образом, признаком вашего развития в особенности является то, что вы становитесь все более стабильными. Так что продолжай, медитируй — и постепенно придешь к тому, что перестанешь быть изменчивым.

12 *Есть ли разница между произнесением мантры вслух и про себя?*

Если вы издаете звуки, то получают пользу также различные существа, находящиеся с вами в одном помещении. Если же вы произносите мантру про себя, то получает пользу только ваш ум.

С другой стороны, есть разница в использовании мантр. Мирные мантры можно произносить вслух везде. Но мантры Будд в союзе и защищающих Будд не должны быть слышны дальше вашего плеча.

Поступайте так, как для вас естественно. Для тибетцев произнесение мантр вслух во время медитации — совершенно естественно. Что касается нас, то мы, с нашей системой образования, учимся очень хорошо сосредотачиваться в школе. И часто мы как бы мешаем сами себе, если говорим мантры вслух во время медитации. Так что смотрите сами, что хорошо для вас.

13 *У меня проблемы с позвоночником. Можно ли делать простирания мысленно? Или вы можете посоветовать какой-нибудь другой метод?*

Если это серьезная проблема — какая-то деформация или что-то вроде того, то не делайте простирания. Заканчивайте так называемое малое Прибежище и затем переходите к Алмазному Уму.

Для тех, кто не знает, я скажу, что речь идет о практике, в которой выпрямляются энергии в теле и устанавливается связь с линией передачи и Буддами.

14 *У меня много мыслей до медитации, во время медитации и после нее. Я не знаю, что делать.*

А что ты хочешь делать?

Ничего. Их просто слишком много, и я не знаю, что делать с ними.

Можно придерживаться разных взглядов на мысли:

- если вы из христианской среды — то вы будете стараться иметь хорошие мысли и отталкивать прочь плохие. Но на самом деле из этого ничего не получается;
- если вы индуист — то вы стараетесь не иметь мыслей. Тогда люди обычно засыпают;
- если вы буддист — то вы не заботитесь, есть у вас мысли или нет. Вы просто делаете свою медитацию и получаете соответствующие результаты.

Мысли — это не проблема; проблема — это удерживание и отталкивание, надежды и опасения. Любой ум порождает мысли, и вопрос только

в том, смотрите ли вы на экран телевизора, когда по нему показывают странные и ненужные фильмы, или не обращаете на него внимания и занимаетесь своим делом. В буддизме считается фантастическим и очень особенным то, что ум может производить мысли. Так что, пожалуйста, не волнуйся. Просто делай медитацию.

Означает ли это, что ты сидишь на берегу реки и наблюдаешь за тем, как она течет мимо?

Нет, это означает, что ты делаешь то, что хочешь делать, и позволяешь реке течь мимо. Интересно посмотреть время от времени, как мысли и чувства появляются, играют, меняются и снова исчезают.

Но самое важное — осознавать то, что видит реку; становиться тем, что между мыслями, за мыслями, — тем, что знает мысли. Это действительно важно.

15 *Последние несколько месяцев*

меня преследует состояние сонливости.

Не является ли это результатом медитации?

Не она ли в такой степени успокоила мой ум?

Это верно, что учишься лучше расслабляться, когда медитируешь. Но в конечном счете у тебя будет больше энергии, я тебя уверяю. Тело сначала как бы застывает во многих отношениях, так как ему приходится сражаться со всевозможными впечатлениями ума. Когда у тебя уменьшается количество скачков вверх-вниз в твоих чувствах, то сначала ты лучше расслабляешься, а в конечном счете у тебя появляется больше энергии.

16 *Чем отличаются посвящения, которые давал Цечу Ринпоче, от просто лунга?*

Считается, что ванг, инициация, создает энерго-поле, лунг передает полномочия, а так называемое три — это объяснения. Но так обучение в Тибете происходило посредством больших монастырей и так далее. А где-нибудь в пещерах, где имела место настоящая медитация, давался так называемый гом-лунг. И это подобно тому, как мы поступаем с нашими медитациями: вы приходите в центр, кто-то ведет медитацию, и это — гом-лунг. Вам передается опыт благодаря тому, что вы присоединяетесь к медитации. Хорошо смешивать эти разные методы.

17 *Как использовать тибетский буддизм в реальной, конкретной жизни?*

Когда идете в туалет, думайте, что из вас выходит все негативное. Видя людей, посылайте им радужный свет из своего сердца и наполняйте их счастьем. Чувствуя беспокойство, говорите про себя мантру, чтобы не потерять контроль над происходящим.

Занимаясь любовью, думайте о том, чтобы принести счастье партнеру. Все это — практический буддизм.

18 *Как после медитации успокоения ума переходить к проникающему видению?*

На самом деле это происходит, когда вы ничего не ищете, никуда не смотрите.

Достижение глубоких уровней проникающего видения в медитации подобно знакомству с красивой женщиной. Если гоняться за ней, то она позовет полицию; а если поставить на стоянку свой BMW и положить сверху свою толстую чековую книжку, она придет сама.

То есть это нельзя схватить никаким усилием.

Никак. Это возникает, когда мы перестаем чего-то искать, когда ум ни надеется, ни опасается, когда он ни удерживает, ни отталкивает. Если вы сможете развить такие чувства, как благодарность, преданность, ощущение близости, доверие и так далее, то ваши шансы достигнуть этого будут особенно велики.

Так что сливайтесь с Буддой или Ламой, оставайтесь в состояниях единения, и — все произойдет.

19 *Моя родственница до того, как сделала нёндру, была добродушной и общительной, а когда закончила, стала злой и напряженной. Что это?*

У людей бывают очищения: когда люди проходят через нёндру, многое всплывает. Но лучше пусть трудности всплывут в хорошем возрасте, когда можно с ними работать, чем в старости или после смерти. Старайтесь видеть это как очищение.

Если она все еще ходит в центр, тогда скажите ей, пусть поговорит с нашими друзьями. Потому что так быть не должно. Это должно приносить пользу всем.

20 *Что делать, если материальные и психологические трудности препятствуют практике? Есть ли выход?*

В случае психологических трудностей я советую говорить как можно больше мантр и просто читать медитации. Не входить в глубокое погружение, а читать текст.

Чтобы в ум все время засеивались новые хорошие впечатления. Когда облака уйдут и человек снова будет чувствовать себя хорошо, то крючки

внешней мудрости дотянутся до колец внутренней мудрости, и будет настоящий рост. Что касается материальных трудностей, то мне это непонятно. Всегда есть время для короткой медитации. А если вы не можете заплатить за какой-нибудь курс, то, наверно, есть возможность взяться за какую-то работу и получить право участвовать в курсе.

21 *Что такое «ретрит»?*

Ретрит — это когда вы либо один, либо с группой людей уединяетесь для того, чтобы в основном сфокусироваться на своем уме. Хорошо это делать время от времени.

Когда мы построим наш центр, то вокруг него мы, возможно, соорудим домики для ретритов, которые смогут использовать те, кто хочет уделить некоторое время разглядыванию своих внутренних процессов. Если мы приобретем больше земли, то возможна даже будет идея того, чтобы люди приезжали и сами строили себе домики.

Что нужно для того, чтобы уйти в ретрит на полгода или год?

Сначала уйдите в ретрит на неделю, затем — на месяц, и тогда у вас появится некоторое представление о том, как функционирует ваш ум.

Если вы по своему характеру интроверт, то вам может быть легко сидеть в одиночестве, если же вы относитесь к типу активных, энергичных людей, то это может быть очень трудно. Так что попробуйте несколько раз проверить реакции своего ума.

Я знаю случаи, когда классные, веселые люди решают, что им нужно сделать ретрит, и после ретрита они становятся совершенно

закостеневшими и усложненными, и требуется много времени, чтобы сделать их опять нормальными. С другой стороны, я также знаю других людей: у них есть проблемы, с которыми они никак не могут справиться, и тогда ретрит идет им на пользу. Так что это может быть по-разному.

22 *Нужно ли знать смысл мантры на русском языке?*

Некоторым хочется его знать, но на самом деле это не важно. Настоящее действие мантры глубже уровня концепций, оно происходит посредством вибраций и открытия внутренних центров. Мантры открывают в нас Будда-энергии. Если же вы знаете смысл и это не отвлекает вас во время произнесения мантры, то можно и так. Одни ламы переводят мантры, другие — нет.

23 *Вы много ездили по Тибету и общались с различными учителями буддизма. Имеет ли смысл нам совершать такие путешествия или вполне достаточно посещать буддийский центр во Владивостоке, читать книги и встречаться с вами?*

Как хотите. Вы будете получать достаточно, находясь здесь, но если вам хочетсязнакомиться с другими культурами, вы можете также съездить за границу. Но вы, наверное, увидите, что здесь сможете научиться большому.

То есть мы делаем все, что можем, — но, конечно, свою силу вы черпаете из работы, которую делаете в местном центре.

24 *Можно ли достичь гармонии и мудрости, не медитируя?*

Да, но это труднее. Работу с умом можно сравнить с попытками нарисовать танцующего человека.

Если ум находится в своем обычном состоянии и все время снует туда-сюда, то очень трудно добиться желаемых результатов. Если же сделать так, чтобы ум сидел на одном месте, — а так действует медитация, — то вы сможете его рисовать, как хотите. Легче работать с умом в медитации — это намного прямее.

25 *Как практиковать простираания беременной женщине?*

Тибетцы делают это вплоть до девятого месяца. Должен признать, что считаю это дикостью и обычно этого не рекомендую, думая: «Бедный ребенок!»

26 *Есть такое слово на санскрите — «самайя». По-русски это означало бы, наверно, оставаться самим собой, быть целостным. Мог ли бы ты объяснить это понятие?*

По-тибетски это звучит дамциг и означает «придерживающийся своего видения» или «придерживающийся своего обещания». Например, если мы решаем придерживаться чистого уровня относительно самих себя и наших учителей, то это будет очень полезно для нашего развития, очень хорошо. Если вы видите учителя на высоком уровне, вы будете хорошо слушать, много заниматься практикой и получать результаты.

Главным «дамцигом» в Алмазном пути является стремление всегда видеть всех существ и все ситуации на как можно более чистом и высоком уровне. Вот настоящее значение этого. Говоря современным языком, это значит «придерживаться определенного стиля». То, что ты сказал.

27 *Есть ли возрастные ограничения для нёндро?*

Конечно, после определенного возраста трудно делать простираания, и люди должны быть осторожны и не должны наносить себе вреда. Остальное же можно делать до последнего дня своей жизни.

Что касается детей, то они должны знать, что делают, и обладать способностью к абстрактному мышлению. Но, конечно, если им нравится выполнять простираания или произносить очистительные мантры, то они могут все это делать. Однако не следует, наверное, засчитывать то, что они делают, пока им не исполнится 16 лет.

28 *Вредна ли медитация для здоровья и умственного развития? Что такое медитация?*

В буддизме медитация является самым быстрым способом полного раскрытия своего потенциала и достижения необычайного счастья. Нужно только правильно ей учиться. Поэтому у нас есть здесь Люда и вся наша группа, поэтому есть Саша, Толик, поэтому Вагид приезжает учить и все время кто-нибудь приезжает. С другой стороны, если вы как бы

«на грани», если у вас есть склонность к различным психозам, то вам лучше, наверное, просто говорить мирные мантры, такие как ОМ МАНИ ПЕМЕ ХУНГ и ОМ ТАРЕ ТУТТАРЕ ТУРЕ СОХА.

Если вы медитируете с нашей группой и используете наши тексты, то ошибок не будет.

29 *Расскажите о медитации шинэ.*

Конечно, я бы посоветовал людям заниматься медитацией «в буддийском обрамлении» — то есть начиная с принятия Прибежища и заканчивая дарением всех своих хороших чувств. Тем не менее всегда находятся люди, которые хотят «только» медитировать и не заботятся обо всем остальном. И я их понимаю, я сам был таким.

В любом случае: если вы собираетесь «просто» медитировать, то важно, чтобы ум был подобен светящемуся алмазу, а не белой стене, в те моменты, когда он находит покой. Это означает, что поначалу нужно эти моменты сосредоточения делать довольно короткими, но очень интенсивными, и постепенно их продлевать. В противном случае есть опасность стать слишком робким.

В Америке есть группа Дхармадхату. Ее возглавлял лама Трунгпа, который умер как алкоголик, в плохой форме. Он говорил людям сидеть часами, и они становились от этого все более сонливыми. Не появлялось никакой большой силы.

Сосредоточение должно быть лучащимся, и со временем можно будет сидеть все дольше и дольше. Тогда шинэ превращается в лхагтонг, шаматха становится випассаной. Чашка кофе больше не трясется и начинает отражать — в уме возникает осознание. И для того, чтобы превратить это в учение Великой печати,



Махамудры, нужно знать, что видящий, видимое и акт видения являются частями одного целого. Тогда все раскрывается.

Но начинается все с лучезарного сосредоточения в медитации. Мы не стремимся к сладкому трансу — «я чувствую себя так хорошо» и так далее.

30 *Иногда не чувствуешь большой интенсивности в ежедневной практике медитации, но все же садишься ее делать для блага других существ. Правильно ли это?*

Очень хорошо, спасибо, сэр.

Я скажу тебе, что я советую делать моим ученикам: если медитировать трудно, то, по крайней мере, прочитывать текст медитации, чтобы откладывались отпечатки в уме. Это постепенно будет оседать, и медитация впоследствии значительно улучшится.

Все равно спасибо, что ты так поступаешь, это хороший вид дисциплины. В этом есть смысл. Когда вдруг что-то начнет происходить, то это будет потому, что ты не останавливался.

31 *Есть какой-то страх. Вроде бы приближаюсь к Просветлению, но чувствую, будто есть что-то вроде атомной бомбы и мне нужно уйти в сторону...*

Просветление — это большой скачок, не так ли? Может быть, ты начнешь с Освобождения, когда ты больше не будешь чувствовать себя мишенью ни в одной ситуации, удалив представление о некоем «себе» или «мне». А уже после этого ты раскроешь остальные аспекты ума. Когда ты закончил нёндро?

Я уже по второму кругу делаю медитацию на Дордже Семпу⁷.

Что ж, тогда ты на лучшем пути. У тебя все хорошо, просто во время практики Алмазного Ума всплывают разные вещи из подсознания. И если твой ум говорит тебе, чтобы ты немного отдохнул, то следуй этой подсказке. Нужно всегда заботиться о том, чтобы на всех подвижных деталях ума было масло. Пусть продвижение вперед сопровождается закреплением захваченной территории. А потом двигайся дальше.

Всегда помни о том, что Просветление подобно знакомству с привлекательной женщиной: если гоняться за ней, то она вызовет полицию; но если ты остановишь свой «мерседес» и положишь сверху свою толстую чековую книжку, то она придет сама. Просветление — это такое состояние, которое нельзя поймать. Но всегда можно создать благоприятную для него ситуацию. И это значит расслабиться здесь и сейчас.

Таким образом, если ты чувствуешь какую-то скованность, то просто расслабься — прогуляйся, поглазей на красивые картинки, насладись занятием любовью. Чтобы твой ум почувствовал себя хорошо. И когда тебе покажется, что занятая тобой территория закреплена, делай следующий шаг. То есть ум никогда не должен быть напряженным.

Мы все можем позволить себе быть ненапряженными. У нас есть пхова, и решена большая проблема смерти, — нам везет, поскольку в нужное время принцип автопилота сработает. Таким образом, остальная жизнь — это подарок, которым мы свободно можем пользоваться, обретая глубочайшие уровни смысла.

⁷ Дордже Семпа (тиб.), Алмазный Ум — очистительная практика, вторая часть Основопологающих упражнений (нёндро).

32 *Я слышал, что нельзя есть лук и чеснок, когда делаешь дарение мандал.*

Да, у вас должен быть хороший запах изо рта. Сюда относятся также некоторые сорта французского сыра. Не нужно дышать этим на рис. И если плохой запах — из-за проблем с зубами, то нужно это исправить.

Когда мы с Ханной совершали дарение мандал, у нас вокруг рта были повязаны платки и мы были похожи на грабителей банка. Мы это могли делать на Востоке, но на Западе сегодня это невозможно — люди подумают, что вы не в своем уме. Так что мы просто советуем людям хорошо чистить зубы и так далее.

33 *Правда, что острая пища блокирует каналы, которые мы стараемся прочистить?*

Не думаю, что это касается острой пищи. Это касается табака. Например, одни из лучших мастеров медитации, которых я знаю, обожают чили. Сам я избегаю соли, но употребляю перец. Хотя, по статистике, если человек ест много перца, то это слегка сокращает его жизнь.

Но мы можем также оказаться в ситуации великого писателя-юмориста Марка Твена. Он однажды пошел к доктору, и доктор ему сказал: «Если вы не будете пить, курить и спать с женщинами, то сможете прожить на пять лет дольше». Марк Твен сказал: «И что мне делать с этими пятью годами?»

Я тоже так думаю. Только курения нужно избегать. На самом деле небольшое количество алкоголя

продлевает жизнь — алкоголь вымывает жир из артерий. Но выпивать больше двух бутылок пива в день нехорошо. Это, опять-таки, сокращает жизнь.

34 *Что происходит, если человек отклоняется от пути?*

Ваш здравый смысл, наверное, приведет вас обратно. Если вы теряете духовный взгляд на вещи и возвращаетесь к убежденности в том, что важнее всего — купить самый красивый абажур, или что-то вроде того, вам скоро это так наскучит, что вы снова вернетесь к духовному взгляду.

Я не хочу сказать, что вас станут ловить какие-нибудь привидения. Привидениями будут ваша собственная скука и тот факт, что самые умные и классные люди не с вами.

35 *Ты говорил, что закончить нёндру — это значит получить порядочную дозу хорошей кармы. А если сделать два нёндру?*

Двойная доза.

Если бы у меня была возможность, я бы сделал несколько нёндру. Иногда сидишь рядом с каким-нибудь тибетцем, и чувство такое, будто сидишь рядом со скалой. Их немного, они, как правило, не носят особых одежд. Это такие же люди, как мы. Но в них есть что-то поистине прочное.

Если спросить их, какую практику они делают, они вам ответят: «Мне повезло, я смог 15 раз закончить нёндру». И это поразительно. Если у вас есть возможность проделать нёндру большее количество раз, вам везет.

Мне удалось дважды закончить стослоговые мантры, и, когда это возможно, я делаю простирания. Сотню утром, чтобы просто встряхнуться. Хорошо это делать после общения с подругой. Но это все, что я могу позволить себе при моей работе. Если бы я вел оседлый образ жизни, то прямо из кровати скатывался бы на доску для простираний и только после этого брался за работу. Это дает много энергии и полезно для тела.

Пожалуйста, делайте это, если можете. И вы можете делать и другие вещи наряду с этим.

36 *Когда делаешь простирания, важно ли иметь перед собой алтарь или какое-нибудь буддийское изображение? Или это не важно и можно делать их, скажем, перед дверью?*

Все является искусством возможного. Большинство из нас нуждается в обратной связи, и хорошо иметь перед собой образ Дерева Прибежища. Нужно только помнить, что это не что-то внешнее, но зеркало для нашего собственного лица. Если нет этого изображения, то можно использовать образ Будды или твоего Ламы. Если же у тебя ничего нет, то ты просто мысленно удерживаешь умственный образ. Но чем больше у тебя есть, тем лучше.

37 *В медитации Махариши человек получает личную мантру и достигает состояния чистого сознания. Есть ли здесь какое-то отличие от вашей медитации?*

Повторение внутреннего звука — это один из методов достижения шинэ. Мы обычно используем

дыхание у кончика носа. А самое эффективное в нашей медитации — использование Будда-формы, формы энергии и света, и получение сильной обратной связи.

Состояние шинэ можно сравнить с тем, что перестала трястись чашка с кофе. Ум тогда начинает отражать, и это интуитивное понимание называется лхагтонг. Не помню, как вы это назвали, голое сознание? Чистое сознание. Это то же самое.

Но могут быть и дальнейшие шаги — мы должны осознать, что видящий, видимое и акт видения являются частями одного целого. Здесь вам может пригодиться моя книга «Великая Печать».

А если кто-то из вас любит волнующие политические истории или детективы, то вы можете почитать книгу «Жулики в рясах», она тоже у нас есть. Ее можно дать также своему дядюшке, который любит захватывающие истории. Автором является доктор Ленерт, который сидит впереди, — в серой рубашке, за компьютером. Он так засекречен, что его нижней части уже не видно, она закамуфлирована. Верхнюю часть все еще можно узнать. Используйте его. Может быть, скоро он уже весь будет закамуфлирован, и мы его больше не сможем видеть.

38 *Не всегда есть настроение медитировать. Следует ли медитировать по расписанию или нужно ждать, когда возникнет настроение — например, через неделю или месяц?*

Наверное, есть смысл делать немного каждый день. Тогда будут накапливаться внутренняя сила и покой. Но если вы слишком встревожены чем-то или слишком устали, чтобы делать полноценную

медитацию, то просто прочитывайте текст. У нас есть брошюры с медитациями. Вы тогда будете получать нужные впечатления, которые постепенно вернут вас к глубокой медитации. Не теряйте привычки, это оправдывает себя. И лучше медитируйте часто, но недолго, чем один раз и очень долго. Кроме того, всегда заканчивайте тогда, когда все еще чувствуете себя хорошо, иначе затем будете находить причины, чтобы не медитировать.

Вы можете просто прочитывать текст и закладывать впечатления в свой ум перед сном или в перерыве на работе. Это очень эффективно.

39 *Можно ли пользоваться четками, на которых 18 бусин? Или они гелугпинские и лучше не надо?*

Я не знаю, что используют гелугпинцы. Почти все используют четки с 27 бусинами, а также большие четки. 27 — это четверть большой малы. Конечно, бусины поменьше, чем у тебя. Большинство из нас использует именно эти четки для постираний. Но если тебе удобнее иметь 20 бусин или любое другое количество, — считай так, как лучше для тебя.

Итак, поступай как хочешь, но обычно мы используем 27 бусин и большие четки.

40 *Когда используешь текст нёндра, что можно делать по-тибетски, что можно делать по-русски, что можно просто представлять?*

Кроме мантр, все можно делать на родном языке.

Люди часто неверно понимают одну вещь. Они думают, что следование особенностям другой

культуры является признаком преданности. На самом деле это не так. Это в основном замедляет развитие.

Я могу вам сказать, что тибетцы были очень преданными. Марпа провел целых 16 лет в Индии, собирая поучения. И другие, кто приносил учение в Тибет — Атиша, Будон, — были глубоко преданными учению, благодарными ему людьми. Но что они сделали в первую очередь? Перевели поучения.

Мы делаем то же самое. Вы, наверное, неоднократно слышали такие имена, как Алмазный Ум и Любящие Глаза. Это имена Будд, которых мы используем в медитации. На санскрите они назывались в течение 15 столетий Ваджрасаттва и Авалокитешвара, на тибетском на протяжении 900 лет — Дордже Семпа и Ченрези. Сейчас они называются Алмазный Ум и Любящие Глаза, и это в точности то же самое.

41 *Когда мы делаем Гуру-Йогу, нужно ли прочитывать весь этот текст или можно все просто представлять? Нужно ли пробегать глазами по всем строчкам?*

Лучше всего — весь. Для накопления хорошей энергии. Это нужно также для призывания всей передачи, и можно быстро прочитать, пробудить в себе чувство этого.

Я знаю, что всех смущает присутствие там Гьялцаба Ринпоче и Ситу Ринпоче. Вы можете представлять себе это как ту часть провода, у которой не самый красивый цвет, но которая все равно служила передаче электричества. До 1992 года они все поддерживали передачу энергии. Это не личностное.

Предыдущий Ситу Ринпоче был деспотичен. Это была очень сложная личность. Он пытался уморить голодом людей, уединившихся для медитации, как

в случае с предыдущим Джамгёном Ринпоче. Ситу не был согласен с его политикой. И когда тот пришел, истощенный, он выгнал его из монастыря. Но все же он оставался носителем передачи.

Приятным человеком нужно быть для того, чтобы люди тебя принимали и им приятно было брать от тебя передачу. Но есть и такие, кто хранит передачу как энергию, отдельно от своей жизни.

Мы всегда первыми объявляли о всяких скандалах именно потому, что эта система плохо работает на Западе. Я серьезным образом требую от людей достойного поведения, если у них есть передача, и не советую никому обращаться к ним, если они не умеют себя вести. Это — новшество, которое мы привнесли в эту систему на Западе. Мы хотим оставаться чистыми и избегать всех ошибок, допущенных различными церквями, и так далее. Это мое изобретение. Я решил, что мы будем принимать передачу только от тех, у кого слова не расходятся с делами, кто является чистым сосудом. Я думаю, что мы этого заслуживаем. Мы создали прозрачное общество, учитывающее социальные нужды людей. Мы здесь потому, что мы друзья и идеалисты, а не потому, что хотим получить какую-то функцию, какую-то роль или кого-то оседлать. Вы согласны, что мы должны настаивать на этом? Чтобы носители передачи не кривили душой? Да? Хорошо. Тогда наша работа будет жить долго.

42 *Является ли тяжелый физический труд эквивалентом очистительной практики?*

Это определяется мотивацией. Индия полна носильщиков-кули, но они не становятся просветленными, поскольку во время работы думают о всяком разном.

С другой стороны, если вы усердно трудитесь с мотивацией принесения пользы другим и способны смотреть при этом на работу как на некий сон, это будет благотворно сказываться на вашем уме.

Наверное, при тяжелом физическом труде лучше всего то, что вы в это время можете говорить мантры. Я в свое время копал бассейны, рубил деревья и так далее. Это было в первые годы буддизма, когда я еще не был слишком занят. Когда мы только создавали первые группы и делали ошибки, от которых в таких ситуациях никто не застрахован. Несмотря на то, что я должен был преподавать в гимназии, я предпочитал тогда физическую работу, так как если кому-нибудь где-нибудь нужна была лекция, то я мог доверить лопату или топор на время друзьям, поехать, прочитать лекцию и вернуться. Если бы в работе был задействован мой ум, то на мне лежало бы больше ответственности, и я не мог бы свободно передвигаться и строить буддизм.

Итак, наверное, придя домой, ты будешь уставшим. Тогда устройся поудобнее, в теплом месте, приклонись прямой спиной к стене и делай очистительные мантры или что-нибудь в этом роде.

Тогда это будет подходящей практикой.

43 *Есть медитация на Восьмого, на Пятнадцатого Кармапу. Кроме того, есть живой Семнадцатый Кармапа. Мне не совсем ясно, на кого мы медитируем.*

Не медитируйте на Семнадцатого Кармапу, пока не закончится период его роста. Каждый раз, когда вы на кого-то медитируете, вы берете у него энергию. А у Семнадцатого Кармапы растущий организм, и я не думаю, что следует медитировать на него.

Кроме того, каждый Кармапа представляет собственную медитацию, так что подождите, пока он ее даст.

Когда мы медитируем на Восьмого или на Пятнадцатого Кармапу, каков объект медитации?

Предмет любой медитации всегда один и тот же — будь здесь и сейчас. Здесь, сейчас. Перестать надеяться, перестать опасаться; перестать держаться за мысли, перестать их отталкивать — быть осознанным, непринужденным и свободным от усилий, здесь и сейчас.

Это цель любой медитации, самой простой и самой особенной, — побудить вас довериться своему осознанию и быть им. Мы уже являемся Буддами, наш ум — Ясный свет. Мы не можем привнести в него ниоткуда никакой истины. Единственное, что может сделать медитация, это привести нас в состояние, когда мы можем осознавать эту силу. На высшем уровне ум может очень быстро узнавать себя посредством своей способности осознания, своей энергии и своей силы отождествления. Это самые быстрые способы, в зависимости от вашего типа.

44 *Когда прыгаешь с парашютом, переживаешь всякие ощущения. У вас есть в этом опыт. Как это можно использовать в практике?*

На самом деле в свободном падении ум может видеть сам себя. Если ваши парашютные очки не производят шума, — а они часто производят шум, и это, например, больше всего мешает мне, — в состоянии свободного падения вы можете учиться осознавать без осознания чего-то — вы осознаете,

не формулируя мыслей. Это подобно тому, когда вы сливаетесь с партнером во время занятий любовью, и нет никаких мыслей, есть только ясное осознание. У нас в Европе хорошие дороги и хорошие мотоциклы, и с ними тоже можно получать похожие ощущения. В основе лежит тот факт, что вы учитесь осознавать, не обязательно осознавая что-то. Ум просто светится и не нуждается в том, чтобы производить мысли, понятия и концепции.

Так ли важно прыгать с парашютом?

Или можно достичь этого при помощи естественных духовных методов?

Конечно, если вы можете медитировать, все отлично. Это легче всего, это дешевле, и этим можно заниматься в любом месте. Но для людей, которые никогда не медитировали, это интересно. Дает некоторое представление о скрытых возможностях. И даже для людей, которые занимаются медитацией, может быть интересно сравнить свое интеллектуальное понимание с непосредственным опытом. Или же свой опыт в медитации с ощущениями во время свободного падения.

У вас одинаковые ощущения во время прыжка с парашютом и во время практики медитации?

Довольно схожие. Если взять уровни в поучениях Великой печати, то это может соответствовать состоянию, которое называется Единый вкус.

Из этого могут получиться довольно интересные вещи. Около полугодика назад я разрешил ученым Цюрихского университета исследовать работу моего мозга в различных состояниях медитации. Они до сих пор обрабатывают результаты. Но похоже, что это состояние Единого вкуса, когда ты никогда не покидаешь свой центр и во всем чувствуешь себя как дома, возможно наблюдать. Это определенные вибрации в передней части мозга, которые не прерываются.

Я думал, что раньше уже исследовали мозг йогов. Однако нет, исследовали только дыхание, изменения в выдыхаемом и вдыхаемом воздухе, а также температурные изменения конечностей. Может оказаться, что я в этом плане первый. Довольно скоро результаты должны быть готовы.

Не возникает ли зависимости от этих состояний, как от наркотиков? Хочется быть в этом состоянии все чаще.

Я думаю, что спустя некоторое время вы находитесь в нем все время. По-моему, я никогда из него не опускался. Я всегда счастлив. Мне всегда все кажется интересным и потрясающим.

С другой стороны, я функционирую, не надеваю две левые туфли и не хожу по кругу целый день. Наверное, мог бы где-нибудь работать, хотя признаюсь, что предпочитаю учить. Похоже, что можно иметь и то и другое: нормально функционировать, сохраняя это измерение великой радости, которую чувствуешь все время.

Этому в основном я стараюсь учить и моих учеников. Поэтому я беру их во всякие поездки — чтобы с них спадала зависимость от привычного. А затем это открытое пространство можно наполнять непосредственным опытом и радостью. Это довольно полезно.

45 *Я занимался практикой каждый день. В результате внутренние ощущения изменились, а модель поведения осталась прежней. Это противоречие, и оно меня беспокоит.*

Правда? Я скажу тебе, чего мы хотим от людей. Мы хотим изменить их так, чтобы они перестали быть людьми только с одним галстуком и стали людьми

с сотней галстуков. Человек только с одним галстуком в той или иной ситуации может вести себя только определенным образом, потому что у него нет большего пространства. Человек с сотней галстуков может думать: «Что порадовало бы людей сегодня? Что мне им показать? Что было бы полезно?» Уверю тебя, если ты будешь продолжать заниматься медитацией, у тебя появится больше пространства, и ты обнаружишь множество галстуков, которых никогда раньше не видел. Тогда ты сможешь быть полезен для многих людей.

Раньше в моих действиях была какая-то целесообразность, целесообразность для себя, но сейчас в результате медитации я теряю источник себя. Я не могу себе представить, что должно мной руководить в моих поступках.

Я скажу тебе, что руководит мной в моих поступках — благо всех существ.

- Если ты делаешь что-то только для себя, то это — один человек, делающий что-то для себя, и это не так важно.
- Если ты делаешь что-то с мыслью о том, чтобы это принесло пользу всем существам, пошло на пользу им, тогда ты — как лев, заботящийся обо всех людях, защищающий их, и ты — велик.

И даже если внешне это выглядит одинаково — ты встаешь, чистишь зубы, завтракаешь, идешь на работу и так далее — тем не менее сама идея о том, что ты делаешь это для блага всех существ, будет наполнять все, что ты делаешь, большим смыслом. Пожалуйста, начни с миллиона мантр ОМ МАНИ ПЕМЕ ХУНГ. Думай при этом, что в твоём сердце сидит Будда и из него излучается свет ко всем существам и растворяет их страдания. Тогда ты переключишься на следующую скорость и будешь чувствовать себя очень хорошо.

Это будет естественная перемена?

Да. Ты просто застрял меж двух скоростей. Ты осознал подобную сну и нереальную природу делания чего-то для себя, и это исчезло. Ты потерял эгоизм. Но ты все еще не обнаружил альтруизм. Ты сейчас на холостых оборотах меж двух скоростей. Сделай теперь следующий шаг. Думай, что ты делаешь все для всех, желай другим счастья, и у тебя будет очень богатая, наполненная смыслом жизнь. Я тебя уверю.

Я думаю, что человек не может просто сам измениться. Он может только позволить, чтобы мир его изменил. Я не смогу сделать себя добрым.

Послушай, какова причина того, что ты сейчас здесь? Что ты вообще встретился с Алмазным путем и кто-то сказал тебе нечто такое, как ОМ МАНИ ПЕМЕ ХУНГ? Причина в том, что у тебя есть связь из прошлой жизни. Здесь не присутствует весь Екатеринбург. Так что верь в свои силы. Подумай о страданиях существ, реши, что ты будешь, по крайней мере, помогать им хорошими мыслями, и — вперед, за дело. Накапливай внутреннее богатство.

46 *В какой последовательности и в каких сочетаниях вы рекомендуете делать упражнения нёндра?*

Все является искусством возможного. Если вы — спортсмен и не испытываете недостатка в кальции и белках, то довольно хорошо будет быстро закончить простираения и затем идти дальше.

С другой стороны, если это не так, или если у вас не хватает времени, то я советую делать несколько сотен утром, если возможно. Если вы в хорошей форме, то на сотню уходит около 15 минут.

Вечером, когда вы приходите домой, вы можете быть физически уставшими, и в этом случае сделайте очистительные мантры или дарение мандал и так далее. Вы можете заканчивать все остальные упражнения и все еще продолжать делать простирания. А если вы не можете делать простирания из-за колен, бедер, операции с кесаревым сечением или чего-то еще, то, пожалуйста, не мучьте себя — сразу принимайтесь за очистительные мантры. Вам жить целую жизнь, и не нужно наносить себе вред. Но, конечно, очень хорошо, если вы можете делать простирания.

47 Что означает «медитировать в жизни»?

Это легко сказать, но не так легко выполнять. Это означает, что у вас всегда есть восприятие того факта, что вы воспринимаете. То есть вы всегда осознаете, что есть нечто осознающее. Вначале это часто проявляется как физическое чувство, немного давления в груди или что-нибудь еще, но постепенно это чувство становится всеобъемлющим, становится всесторонней открытостью. И этому ничто не мешает. Это означает «находиться в собственной середине» и видеть все из состояния внутренней безопасности и силы.

Мы говорим о трех видах гуру, или учителя.

- Первый, внешний гуру — это человек, который говорит вам, что ваш ум — Ясный свет. Сегодня эта честь выпала мне. На самом деле я всегда являюсь тем, кто это говорит, поскольку считаю, что услышать это людям важнее всего.
- Затем можно надеяться, что вы начнете читать книги, что-то усваивать, и тогда вступает в действие внутренний гуру. Это — внутренняя оценка и использование знания, которое у вас есть. Если

вы знаете о древнегреческих трагедиях, то там есть такой хор, который стоит и поет: «Сейчас Антигона идет туда, теперь Медея делает это». И такой вид знания, который следует за всем и все объясняет, это внутренний учитель.

- Важнее всего — тайный учитель. Но он появляется не сразу. Это означает, что все события вызывают у вас немедленное озарение: «Ага, вот почему, вот в чем смысл!»

48 Что делать, если в результате прошлых занятий Хатха-йогой в начале медитации легче сосредотачивать внимание на сердцебиении, чем на бесформенном потоке воздуха? Можно ли это делать?

Если вы можете использовать это, чтобы действительно успокаивать и удерживать ум, то, наверное, можно. Мне впервые задают такой вопрос. Я никогда не получал поучений относительно этого, и не могу быть уверенным в правильности моего ответа.

Но я бы сказал — да. Так же, как вы можете фокусироваться на дыхании, на ясном свете во лбу и многих других вещах, то (независимо от того, что на сердцебиение частично влияют воля и чувства) если вы достигли достаточно глубокого уровня релаксации, вы сможете это делать. (Прислушивается.) По-моему, у меня нет сердца, я ничего не чувствую. Ага, чувствую. Все же я предпочитаю поток воздуха у носа.

Интересная штука: недавно люди проверяли различные потоки в моих мозгах, когда я медитировал. Очевидно, такие же исследования проводились еще с одним западным человеком — по имени Кен Уилбер, в Америке. И, если не выяснится, что я вообще не медитирую, а просто сплю,

мы опубликуем результаты. Они должны появиться через несколько недель. Похоже, что можно видеть наличие этого постоянного потока осознания.

49 *Можно ли достигнуть Освобождения без очищения нади⁸ и раскрытия чакр⁹?*

Нет. Но вы можете открывать их, и не сосредотачиваясь на них непосредственно. Например, если у вас развивается сочувствие или преданность, то это будет открывать ваши внутренние трубопроводы и распространять энергии по всему вашему телу. И абсолютно то же самое будет происходить благодаря глубокому покою ума. Итак, если вы работаете с энергией, то мудрость идет следом. Если вы работаете с мудростью, энергия идет следом. А если вы работаете с отождествлением, то и мудрость, и энергия идут следом. Если вы будете вести себя как Будда, пока не станете Буддой, все в жизни будет частью вашей практики, и нет более быстрого пути. Так называемая Гуру-йога — царь практик.

50 *На нашем Дереве Прибежища изображена Мачиг Лабдрён. Возможно ли сейчас получить поучения и передачу на практику чёд¹⁰? Нужно ли это в нашей ситуации? Полезно ли это нам?*

Что ж, если вы закончили нёндро, если поблизости от вашего дома есть кладбище и если вы хорошо поете,

⁸ *Нади* (санскр.) — внутренние энергетические каналы.

⁹ *Чакры* (санскр.) — энергетические центры или «колеса».

¹⁰ *Чёд* (тиб.) — одна из буддийских практик; ее дала Мачиг Лабдрён в Тибете.

то это может быть довольно интересно. Не закончив нёндро, этого делать не нужно. Если плохо поете, может быть, тоже не стоит. И — нужно хорошее кладбище. Может быть, для этой цели подойдет также морг в местной больнице. Но вы должны красиво петь, иначе мертвецам будет не очень приятно.

Еще есть несколько старых учителей, которые могут этому научить. Это очень хороший способ отсечения привязанности. Но я бы не стал с этим торопиться.

51 *Пожалуйста, ответьте: какие знаки говорят нам об успешной практике Алмазного Ума?*

Общий признак того, что практика успешна, выражается в том, что у вас меньше надежд, меньше опасений, вы меньше занимаетесь прошлым или будущим, и ваш ум радостно и естественно покоится сам в себе.

Есть также некоторые особенные знаки.

Вам могут сниться сны, посредством которых подсознательный ум показывает сознательному уму, что идет процесс очищения. Вам может сниться, что вы боретесь с черными великанами, пьете молоко или вас рвет чернилами. Все это показывает, что ваше подсознание избавляется от большого количества неудобных впечатлений. Есть всевозможные аспекты языка знаков во время снов, но если я углублюсь сейчас в это, то мы никогда не выберемся обратно.

Самое важное, что вам нужно здесь знать: если вы чувствуете себя хорошо при пробуждении — то сон, в общем, был хорошим, а если вы чувствуете себя плохо — то сон не очень хороший. Если движения во сне в основном восходящие — то он хороший,

если нисходящие — то не очень хороший. С другой стороны, если вы на протяжении всей ночи падали в ямы, вы всегда можете это повернуть в другую сторону — решить, что вы Бодхисаттва, который ночью всегда опускается вниз и помогает страдающим существам. И поскольку ум — царь, то остающиеся в вас подсознательные впечатления будут соответствовать именно этому.

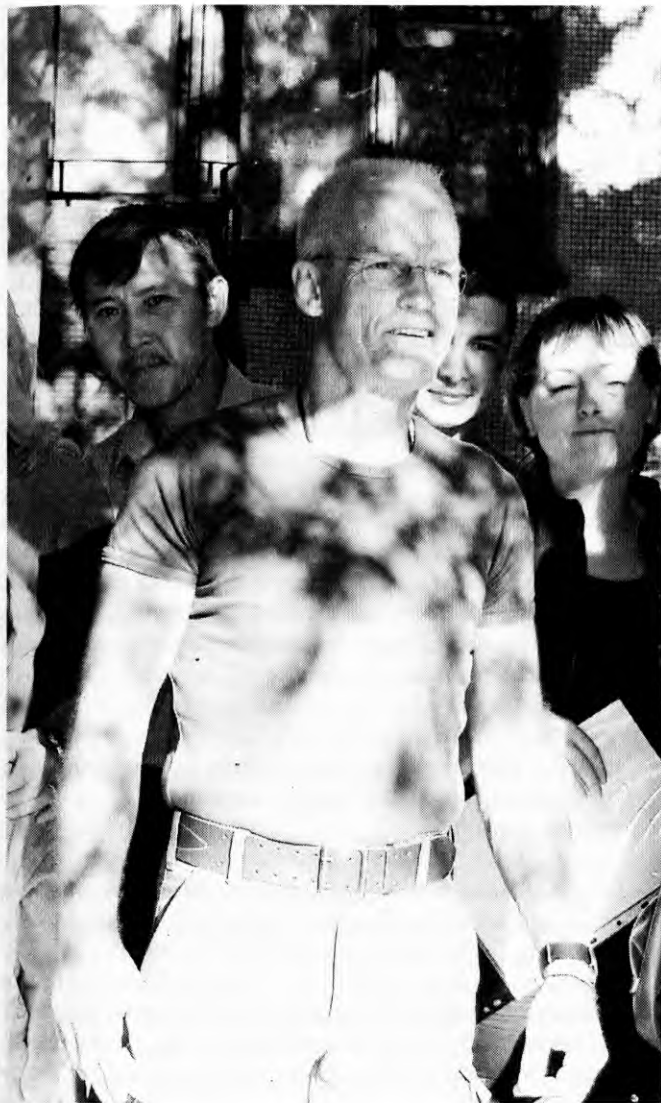
52 *Правильно ли я поняла, что в нёдро можно делать все четыре практики одновременно?*

Нет, я бы этого не советовал. Я бы советовал делать так много простираций, как вы можете, уделять им больше времени — может быть, по утрам, — а по вечерам заканчивать одно за другим остальные упражнения.

Сила практики заключается в том, что вы можете проникнуть глубоко там, где копаете. А иначе вы все время царапаете поверху, и это не одно и то же. И так как есть физический предел числу простираций, которые люди могут делать, то делайте их так много, как можете, и так долго, как нужно, а наряду с этим поочередно заканчивайте остальные упражнения.

Лучше всего, если вы сможете делать сотню в день на протяжении всей оставшейся жизни. Это поднимает бюст женщинам примерно на 10 сантиметров и убирает пивные мышцы у мужчин, переносит их на плечи. Очень полезная практика.

53 *Если я долго практикую шинэ-лхагтонг, особенно если пытаюсь поддерживать осознание в обыденной жизни,*



то часто теряю контакт с социальными процессами, как бы проваливаюсь куда-то. Что это значит, и что делать?

Развивать сочувствие. Вы всегда должны думать, что вы делаете это для блага всех существ. Делайте медитацию некоторое время, потом ослабляйтесь, занимайтесь делами жизни, потом опять приступайте к медитации.

В тибетском обществе можно было болтаться как и где угодно, и если у вас был слабый контакт с тем, что вокруг вас происходило, то люди вас кормили и думали, что вы святой.

Наш мир не такой. Каждый день нужно принимать множество решений, нужно иметь большую ясность и внимательность, и это означает, что вы не должны становиться слишком расхлябанными и непонятными.

Это — как при изготовлении хорошей стали: вы ее то нагреваете, то охлаждаете и таким образом придаете молекулам одно направление. Тот же способ мы должны использовать в работе с умом.

54 *Часто приходится выбирать между практикой и учебой. Что вы можете посоветовать?*

Сначала закончи учебу, для тебя сейчас это важнее всего. А свои медитации делай короткими и сосредоточенными.

Каждый день выдается несколько пятиминутных пауз, и ты можешь представить появление Будды или Ламы перед собой, растворить их в свете и смешать с собой. И затем заниматься своими делами. Для этого всегда есть время.

55 *Следует ли закончить подготовительную практику с Буддой Опаме, если уже прошел пхову?*

Тебе разве не хочется? Я думаю, что это можно считать честью. Хотя нет никаких обещаний после того, как ты прошел пхову, а у всех Будд — одна и та же суть. Но я бы считал, что доделать практику — это подарок с твоей стороны. Нам есть за что благодарить Будду Опаме.

56 *Верно ли я понял, что суть любой медитации — быть здесь и сейчас?*

Совершенно верно, сэр. И на самом высоком уровне, на каком можете. Если вы — здесь и сейчас ощущаете дыхание у носа, то в этом не так много силы. Если вы — здесь и сейчас с мотивацией приносить пользу другим, то в этом больше силы. Но самое сильное — это когда вы здесь и сейчас в форме Будды, когда каждый звук — мантра, а любая мысль — мудрость. Тогда вы непревзойденны, и ваш ум может раскрываться подобно прекрасному цветку лотоса.

57 *У некоторых людей визуализация не выглядит как яркая картинка. Нужно ли все-таки стараться ее представить, или лучше довериться этому состоянию?*

Я бы сказал, что визуализация — это совершенно неверное слово. Интересно, что по-тибетски «мигпа» тоже указывает на глаза. Но глаза не могут видеть то, чего нет физически.

Это ум — знает.

Таким образом, у одних людей ум работает при помощи картинок, у других — при помощи отвлеченных понятий. Действительно важно понимать, что, когда бы вы ни подумали о Просветлении, оно уже присутствует. И если вы осведомлены об атрибутах Будды, то это производит такую же обратную связь, как если бы вы их видели. И я могу вам еще сказать, что когда Будды на самом деле проявляются, вы их обязательно видите.

До того времени есть так называемый дамцигпа, воображаемый Будда. И он должен вызвать проявление йешепы — вневременной мудрости, присутствующей пространству. Будда-форма, о которой вы думаете или которую вы способны видеть, знать, подобна ключу: она открывает вас таким образом, что вы становитесь все более способными воспринимать абсолютное выражение мудрости, которая есть в самом пространстве.

Итак, правильным словом было бы знание, а не визуализация. Вы — знаете, так же как вы знаете вашу подругу или друга, с фотографией или без нее. Вам известна суть. Странно, что тибетцы также ссылаются на глаза, но, конечно, глаза не могут видеть то, чего нет. Это ваш ум знает.

Ну что, гора с плеч?

Как мы можем знать Будда-аспект так же, как своего друга, если мы не знаем его по опыту — никогда не переживали это состояние?

Ваш ключ к Будда-аспекту — это ваше доверие к тому, кто дает посвящение, благословение, передачу: вы доверяете, что по своей истинной природе он не отличается от Будды, в которого вас посвящает. Например, когда я даю вам благословение для защиты, — а я это обычно делаю, — и вы считаете, что у меня есть эта защитная

энергия, — происходит встреча кольца и крючка; но если вы думаете, что у меня этой энергии нет, — то вы зря теряете время.

Поэтому мы устраиваем красивое сиденье для Ламы, относимся к нему особенно и стараемся видеть Учителя на высшем уровне. Ведь если мы полагаем, что Учитель знает, что делает, мы будем раскрывать свои уши и учиться. Мы будем тогда применять методы на практике и получать результаты. Если же мы считаем, что он — никто и ничто, то мы не будем слушать, не будем действовать и не будем получать результатов. Таким образом, вашим ключом к Будда-аспекту является ваша способность видеть передаваемое качество в Учителе. И постепенно вы будете все больше и больше знать и делать.

В этом плане есть большая разница между различными школами буддизма. Например, в нашей линии преемственности мы являемся семьей, это — поистине так. Наш телесный язык, способ прикасаться друг к другу, любовь к близости, то, как мы разговариваем: все это — семья. Также ваше отношение ко мне: поскольку я не монах, вы прикасаетесь ко мне, я этим наслаждаюсь, я прикасаюсь к вам, — у нас очень близкая связь. Я всегда стараюсь не есть чеснок, чтобы не отпугивать вас, чтобы вы чувствовали себя в хорошей компании; я принимаю душ каждый день, меняю носки, бреюсь. То есть я стараюсь делать так, чтобы рядом со мной было приятно находиться. И поскольку у нас такая близкая связь — личная связь, — то вы будете видеть различные Будда-аспекты как то, с чем вы знакомитесь посредством моего ума. И в нашей линии преемственности различные Будды являются выражением ума Ламы, а также Будды как Ламы, поскольку самая близкая связь является также самым верным Прибежищем.

Но в линиях, где много монахов и монахинь и строгая иерархия, — в такой линии, как Гелугпа, — это иначе. Там не такие отношения, как у нас, — эта ситуация больше напоминает обучение в школе, где учат сверху вниз и важна нравственность, хорошее поведение, а также организация. Для них самый близкий контакт — не Учитель, а принцип, идея, абстракция. А Учитель видится там как выражение определенного качества: Сакья Тридзин — Будда Мудрости, Далай-лама — Будда Сочувствия и так далее. Таким образом, самый близкий контакт у них с принципом, а не с живым человеком, — с ним сближение происходит небольшое. И в то время как в нашем случае Прибежищем являются Будда и Лама, так как это неразрушимое, абсолютно непосредственное состояние, в линии Гелугпа — и я сам слышал это от Далай-ламы пару месяцев назад в Граце, в Австрии, — Дхарма, учение является наивысшим Прибежищем. Это потому, что вы становитесь Буддой, следуя учению. Таким образом, буддизм входит в вашу жизнь либо посредством человека, либо посредством каких-нибудь отвлеченных понятий и поучений, и это — ваше главное Прибежище.

58 *Чем больше проявляешь усилий в медитации, тем больше ясности, и это нужно делать. С другой стороны, мы говорим о ненапряженной медитации. Как связать одно с другим? Как найти грань?*

Грань состоит в том, что это должно приносить наслаждение. Если ты вкладываешь определенную степень усилия, то это приятно до тех пор, пока

напоминает по ощущению мотор, обильно смазываемый маслом. У тебя такое чувство, что ты обнаживаешь свою силу: «Я могу сосредоточиться вот так, я способен на это». Тебе следует делать это с позиции ощущения себя богатым и сильным. Если же ты настроился так, что ты это должен и будешь плохим, согрешишь, если не станешь этого делать, то из этого ничего не выйдет. Это — как мотор без масла.

Сегодня задали очень хороший вопрос львовяне: «Нужно ли приходить на медитацию людям, у которых не все в порядке с умом?» И, как и всегда, я сказал: «Нет». Они спросили: «Почему?» И я объяснил так: «Если у вас сломана рука, то вам не нужно ничего поднимать; если ваш ум не переваривает свои собственные проекции, то не нужно смотреть на эти проекции». В этом случае хорошо выучить приятную мантру, такую как ОМ МАНИ ПЕМЕ ХУНГ, или почитать что-нибудь интересное. То есть нужно рассеивать свой ум, а не сосредотачивать, иначе вы будете видеть проблемы.

Кроме того, люди могут иногда расстраиваться, злиться или становиться немного агрессивными. Эта агрессия может быть направлена как на других, так и на них самих, — когда люди злоупотребляют наркотиками или алкоголем. Это ведь не что иное, как пассивная агрессия по отношению к самим себе. И если они проявляют все это в священном месте, где есть сильная хорошая энергия, то они наносят себе намного больше вреда, и страдание их только усиливается. Таким образом, это был очень полезный вопрос из Львова. Мы — не социальное учреждение. Буддисты платят налоги, и задачей государства является заботиться о таких людях и таких ситуациях. На самом деле, Алмазный путь начинается с умения себя вести (это уровень Тхеравады) и определенной степени развития сочувствия и мудрости

(это уровень Махаяны). Мы должны перестать быть эгоистами и научиться видеть вещи с некоторым юмором, некоторым пространством. Тогда имеет смысл медитировать на Будду, Кармапу и растворять их в себе, поскольку тогда есть для этого основа.

Я говорю не о таких людях, как вы, которые нормально функционируют, — я имею в виду ситуацию, когда за порогом стоят три человека, которые неделю не мылись, пьяны и накачаны наркотиками или слегка не в себе.

Нам нужно отправлять их домой. Или к христианам, потому что они работают с людьми такого типа. Они берутся за трудные случаи, это — их религия. Мы работаем с людьми, которые уже могут управлять жизнью и хотят сделать дальнейшие шаги.

Поэтому я говорю, что у нас никогда не бывает проблем с христианством, — мы с ними приносим пользу разным типам людей.

59 *Бывает трудно поддерживать достигнутый уровень. Хочется быть любящей, давать людям много радости и свободы, но иногда все-таки гнев опять вводит вниз. Больше этого не хочу. Что мне делать?*

Мы все здесь — с безначальных времен, и успели побывать во всевозможных ситуациях. Привычки очень сильные.

Ум можно сравнить с большим пудингом. Если ударить его по одной стороне, другая сторона не сразу начинает колыхаться. Многое из того, что мы ощущаем в этой жизни, обусловлено причинами, созданными в прошлых жизнях. Так что всякое может происходить. Взять хотя бы то, что случилось со многими

нашими высокоразвитыми и известными ринпоче. Если почитать книгу Томека, то их действия произведут странное впечатление, хотя у них могут быть очень длинные титулы.

Нелегко достичь Освобождения и Просветления, но это не уменьшает смысла этого достижения. Кроме того, никто из нас в действительности не знает, что мы делали в прошлых жизнях. Это означает, что небольшого шага может быть достаточно для очень большого развития, — у нас могут быть необходимые для этого заготовки в сознании.

60 *После завершения нёдро ко многим практикующим возвращаются старые тенденции: кто-то начинает ругаться, кто-то бросает партнера, кто-то вновь начинает курить. Как работать с этими желаниями самому и помогать другим?*

Эти вещи часто происходят во время выполнения нёдро. Например, легко может всплывать злость во время практики мантр Алмазного Ума. Но вы должны знать, что вы видите задницы животных, покидающих ваш ум, а не носы животных, которые входят. Или же относитесь к этому как к странной передаче по телевизору, — вы можете посмотреть и что-то другое. Я бы сказал, что действительно важно осознавать изменчивость, непостоянство, преходящий характер всех этих вещей.

Может быть также своеобразная яма между окончанием нёдро и медитацией на Восьмого Кармапу, которую мы делаем. Вдруг качество становится важнее количества, и непрерывное поддержание верного осознания становится важнее периодов практики. Да, это может сбивать с толку. Но когда

вы со временем пройдете через перепады настроения, движение продолжится. Вы перейдете на более высокий уровень, и у вас будет еще больше радости. Так что — наслаждайтесь.

61 Что такое Абхишека?

Абхишека — это санскритский эквивалент тибетского слова «ванг» или «каванг». Это означает посвящение. Когда вы принимаете посвящения, очень важно сначала спросить, не связаны ли с ним какие-либо обязательства. У людей возникают с этим большие проблемы. Сначала они принимают посвящения и все у них чудесно, и тут лама говорит: «Теперь вы пообещали делать это каждый день в течение всей оставшейся жизни». Но этого не может делать никто. Я занимаюсь только Дхармой, но и я не смог бы делать какую-либо практику каждый день в течение всей оставшейся жизни. Это невозможно в современном мире. Так что проявляйте мудрость и принимайте те посвящения, которые даются в качестве благословения. Не принимайте посвящения, с которыми связаны подобные обещания. Пожалуйста, всегда проверяйте. Посвящение означает связь между вашим умом Будды и умом всех Будд.

62 Что такое «мантра»?

Мантра на санскрите или «сунг» или «нга» по-тибетски означает «защитный звук». Это означает, что в тот момент, когда вы ее используете, вы бываете внутренне защищены как бы масляной пленкой, так что мешающие чувства не могут оставлять царапин, не могут создавать привычек,

но соскальзывают прочь в разные стороны. И одновременно вокруг вас возникает огромное энергополе, и оно также защищает вас. Это — один способ объяснения.

Другой способ — сравнить ее со звонком Будде. Большинство мантр — помимо, например, тех, которые обращены непосредственно к вашему Учителю, — начинаются с ОМ. Это подобно тому, что вы поднимаете трубку. Вы слышите зуммер, который говорит вам о том, что вы можете теперь позвонить в Лондон, Нью-Йорк, Токио или Москву. Основная часть мантры — МАНИ ПЕМЕ, БЕНЗА САТО, ТАРЕ ТУТТАРЕ ТУРЕ — подобна номеру Будды. Будда никогда не занят, и в конце мантры вы говорите, чего вы хотите:

- если вы хотите, чтобы Будда был сильным, — вы говорите ХУНГ;
- если это Будда-мужчина и вы хотите, чтобы он был дружелюбным — вы говорите ХРИ;
- если это Будда-женщина — вы говорите ТАМ;
- если вы желаете решительных действий — вы говорите ПЭЙ;
- если вы хотите, чтобы Будды окружали и дополняли что-то, — вы говорите СОХА.

Это немного похоже на шутку, но на самом деле так это и работает. Вы делаете упор на одну и ту же привычку в уме.

Не кажется ли вам, что, «дозваниваясь» до Будды, мы дозваниваемся до самих себя?

На самом деле Будда говорил, что разница между ним и нами в том, что он больше занимался медитацией. Если бы у вас не было Просветления внутри, если бы у вас не было потенциала, как бы вы его увидели снаружи? Нужно видеть Будду как зеркало для собственного лица, а не как бога или личность. Видеть его как что-то внешнее — ошибка.

63 *Когда мы говорим о дистанции, означает ли это, что мы должны упускать реальную жизнь? Должен ли я медитировать, чтобы обрести дистанцию, находиться на расстоянии от всей жизни?*

Я бы не стал этого делать. Я бы сохранял дистанцию к тому, с чем не могу взаимодействовать, и наслаждался бы тем, с чем могу обращаться. Я бы не стал говорить вам, чтобы вы медитировали, вместо того чтобы обнимать свою подругу. Используйте медитации, чтобы избавляться от того, что вам не нравится. И тогда у вас будет намного больше радости, чем раньше, в том, что вы обычно делаете.

64 *Надо ли подниматься в горы, чтобы понять смысл буддизма?*

Нет. Имеет смысл иногда совершать ретрит, медитационное уединение. Ведь если мы полностью погружены в свои фильмы «вчера-завтра», то медитировать трудно. Хорошо иногда уделить несколько дней тому, чтобы сломать свои привычки и заняться сосредоточением и анализом своего ума.

Но в основном буддизм должен быть здесь и сейчас. Вы должны учиться здесь и сейчас лучше жить, лучше умирать и лучше перерождаться. Я не рекомендую очень длительные ретриты. Лучше учиться чему-то, познавать что-то в ходе коротких ретритов и затем вкладывать это в жизнь. Вы тогда смотрите, какие получаете результаты, и затем анализируете их, работаете с ними в своем следующем уединении для медитации.

Это можно сравнить с закаливанием стали: вы подвергаете ее воздействию то жара, то холода.

Целью не является уход от мира. Я не хочу поддерживать монашеский буддизм, не считаю это полезным сегодня. Я хочу поддерживать мирян и йогов, которые учатся в жизни и распространяют то, чему научились, оставаясь в потоке жизни. Они учатся в группах.

65 *Не могли бы вы подробнее рассказать о позе медитации.*

Одни насчитывают 5, а другие — 7 «внутренних ветров», или потоков энергии в теле:

- один из них удерживает тело в прямом положении;
- второй — направлен вниз;
- третий — переваривает;
- четвертый — выводит из тела то, что было переварено;
- а пятый — это «ветер поддержания жизни» (он, так сказать, не позволяет жизни распасться).

Благодаря так называемой позиции Наропы, состоящей из семи пунктов, можно их поймать и направить в центральный канал. Например, скрещенные ноги контролируют нисходящий ветер. При этом можно сидеть в полной позе лотоса: ступни обращены вверх, а правая нога лежит поверх левой. Есть также неполная поза лотоса: правая нога лежит на левой, левая полностью лежит на полу, и ступни не обращены вверх (я нахожу эту позу наиболее удобной). И еще есть поза Бодхисаттвы, поза активности. Здесь обе ноги лежат на полу, и правая впереди левой. Нужно держать спину прямо, оттянув плечи немного назад. Если вы хотите жить долго, то это, наверное, одна из самых полезных вещей — держать плечи оттянутыми назад. Вы немного втягиваете подбородок или подбородки — все четыре.

Ваши зубы не сомкнуты, а язык слегка касается нёба. Взгляд вы можете направить на точку на расстоянии толщины 16 пальцев перед вашим носом, немного вниз, когда вы концентрируете ум; а когда вы входите в состояние вдохновения, ваши глаза полностью раскрываются, и вы смотрите вперед. Ваша правая ладонь лежит на левой, большие пальцы соприкасаются. Этот момент в вашей позе посылает энергию в сердце, от чего увеличивается ваше сочувствие. Ваши руки могут также лежать на коленях, и это очень хорошо для Махамудры. Это создает треугольник силы в вашем теле и придает вам крепости. Есть также способы выпрямлять позвоночник, упираясь запястьями обеих рук в бедра, — но этому я научу вас как-нибудь в другой раз. Это не имеет такой уж большой важности.

Итак, это — поза, и целью ее является привести все ветры и энергии в центральный канал тела. Если ваша энергия сосредоточена в центре тела, то у вас просто будет лучше концентрация. Это можно видеть, например, по тому факту, что в полнолуние и новолуние ваша медитация бывает глубже. Если у вас не вырастает вдруг много шерсти на спине и вы не хватаете нож и вилку и не бежите на ближайшее кладбище, а вместо этого медитируете... Опять шутка, мои друзья! Не против? Итак, если вы не будете этого делать, а вместо этого займетесь медитацией... Если вы подумаете, что до кладбища слишком долго добираться, на улице слишком холодно, и решите все же заняться медитацией, то вы обнаружите, что в такие дни ваша медитация проходит очень хорошо, так как естественно, в силу движений солнца и луны, ваша энергия собирается в центре тела. И тому же способствует вышеописанная поза.

Но помните, что ваш ум — царь. И вы также должны знать, что цель всего этого не в том, чтобы

быть без мыслей, как стараются делать индуисты, или иметь только хорошие мысли, как стараются делать христиане. Целью является не заботиться о том, есть у вас мысли или нет. Это — непринужденное и свободное от усилий состояние. В этом состоянии, если ничего не происходит, мы не думаем: «О, тут черная дыра, опасно! Мне нужно что-то сделать или сказать». Мы расслабляемся и думаем: «Это — пространство моего ума». А если происходит много событий и возникают всевозможные мысли и чувства, мы не думаем: «О, я не могу медитировать!» Мы говорим: «Ого, это ясность моего ума, его свободная игра!» А тот факт, что может быть и то и другое — и пространство, и то, что происходит в пространстве, — это неограниченная природа нашего ума. Вот такое осознание важнее всего.

Что вы на это скажете? Свобода?

Да, да, это — свобода.

Я также скажу вам, как можно судить о действительно хорошем духовном развитии. Оно вызывает хорошее чувство, вам — весело, все всегда свежее и новое. В буддизме — если вы страдаете, в этом нет ничего особенного или святого. Вы где-то ошиблись. Вот как это рассматривается в буддизме. Это совершенно отличается от представлений религии, с которой вы выросли. Совершенно другое видение. Хорошее функционирование ума включает в себя юмор. Если учитель не может посмеяться над собой и нуждается в том, чтобы с ним разговаривали и обращались как-то по-особенному, то он, наверное, не хороший учитель. Сила проявляется в том, что человек может функционировать в жизни и делать еще что-то сверх этого. Некоторые люди не способны справиться с жизнью, и тогда они убегают и создают сладкие религиозные системы, в которых нет никакой ясности. Все сидят без дела и чувствуют себя ужасно святыми. Такие системы никогда не бывают полезными.

Другие люди — справляются с жизнью, но при этом обнаруживают, что 40 лет работы на фабрике по производству маргарина, воспитание двух неблагодарных детей, красивая речь при уходе на пенсию и еще более красивая речь на похоронах — это наверняка не все, что может дать человеческая жизнь. И тогда они начинают искать: а есть ли что-то еще? И тогда на основе управления своей жизнью, доброго нрава, юмора и открытости они переходят к духовному измерению, которое придает всему смысл. Должно найтись место для всего. Должно быть хорошее, здоровое отношение к сексу: мы не монахи и монахини и не должны притворяться, что ничего не знаем «про это» и ничего не пробовали. Наше тело является инструментом для того, чтобы делать других счастливыми, — дарить им богатую жизнь, смысл, любовь. Нам, кроме того, не нужно быть слишком «святыми» и бояться занимать какую-то позицию в отношении происходящих политических событий. То есть владение своей жизнью плюс еще что-то — вот что такое святость. Слово *holy* в германских языках происходит от *whole* — «целостный, всеохватывающий». Это — человек, у которого функционирует все, а не тот, у кого что-то не функционирует, что-то не получается и не должно получаться. Я не знаю корень славянского слова, которое вы используете, но это, возможно, что-то похуже. Да? От «света» происходит? Ага.

Вы понимаете, что я имею в виду? Я передаю вам свой опыт 25 лет, проведенных в дороге. Я посещал всевозможные духовные круги и группы. Мы очень хорошо соответствуем духу времени, и велика вероятность того, что к нам будут попадать люди, которым лучше быть не с нами. И, чтобы у нас не оказывались люди, чье место не у нас, я всегда включаю в свои речи политические высказывания и шутки о сексе; тогда люди имеют возможность посмотреть, могут ли они



это использовать. Тогда никто не теряет даром время. Таким образом, я защищаю людей от потери времени.

66 *Что такое визуализация? Это что-то вроде галлюцинации?*

Нет, это такая концентрация. Вы решаете делать так, чтобы установилась обратная связь между вашим умом и определенной формой. Все, что мы видим, оказывает определенное влияние на течение энергии внутри нас — любой цвет, любая форма вызывает в нас какой-то отклик.

Но само слово «визуализация» совершенно ошибочно. Оно вызывает ассоциацию с чем-то зрительным. Тибетцы делают точно такую же ошибку. Они говорят «мигпа». «Миг» — это «глаз». Но, конечно, это не глаза — видят, а ум — знает.

В старые времена все было редким и дорогим и поэтому очень важным, а у людей был очень конкретный образ мышления. Форма была важна, и, следовательно, создавались визуальные образы. А сегодня все является цифровым и абстрактным. Кроме того, много профессоров сидят и думают над тем, как представить одежду этого года странной в следующем году, чтобы людям пришлось покупать что-то новое. И теперь форма, конечно, уже не так важна, и люди больше занимаются отвлеченными понятиями, чем на что-то глазят.

Однажды чрезвычайно смышленная женщина, одно из лучших достижений буддизма, подошла к Кармапе и сказала: «Я ничего не вижу». Кармапа сказал: «Это — потому, что ваш ум уже на уровне Махамудры, и там формы не так важны».

С другой стороны, артистичные люди получают много пользы от созерцания форм. Я могу, более или

менее, делать и то и другое, но для меня важнее всего физическое ощущение благословения. Но в те моменты, когда я действительно видел Будд, это было совершенно отчетливо и прозрачно. Они выглядели в точности так, как должны — как они выглядят на картинках. Видеть их — это такое сильное чувство, что глаза наполняются слезами. И самым сильным моим чувством при этом всегда была огромная благодарность.

Это нечто особенное. Даже в историях жизни великих Кармап особенно отмечены случаи, когда они видели Будд.



Карма. Различные ситуации и явления. Советы

1 *Если человек убивает тысячи вражеских солдат в компьютерных играх, создает ли это отрицательную карму? Влияет ли это отрицательно на ум?*

Это зависит от мотивации:

- если вы делаете это, думая, что классно развивать все эти умения, и одновременно знаете, что перед вами не настоящие существа, помните, что это всего лишь игра, — то это все равно что смотреть кино;
- если же присутствуют какие-то личные антипатии, то это значит, что есть крючки, тянущие за кольца поступков, и тогда это имеет к вам более непосредственное отношение. Возможно, что это не лучшее занятие, но, с другой стороны, по сравнению со всякими другими вещами — также и не худшее.

Если вы можете сохранять дистанцию, то для вас все — занятно, но вы можете также чувствовать, что дистанция сокращается. Перед моим приездом

к вам один наш приятель пригласил меня посмотреть фильм, в котором люди очень плохо друг с другом обращались. И меня это действительно обеспокоило. Я слышал звуки страдания людей и никак не мог им помочь, — это действительно меня смутило.

Итак, одни люди думают, что все это — где-то там, а другие — что эти вещи на самом деле происходят в мире: тогда они что-то вспоминают, им становится не по себе... Так что решайте сами.

Я думаю, что фильмы о войне — это интересно, есть какая-то дикая логика на поле боя. Мне это нравится, я думаю, что это интересно. Но я бы не стал смотреть на пытки и так далее. Это — не мое.

2 *Наблюдали ли вы когда-нибудь своими глазами левитацию — полет в физическом теле. Каков ее механизм? Какую книгу вы бы порекомендовали об этом? Почему об этом ничего не говорится в книгах Александры Дэвид-Неэль и Ламы Анагарики Говинды?*

Не думаю, что наблюдал. Может быть, пару раз я видел, как шапка Кармапы поднималась над его головой. Еще я видел, как Калу Ринпоче однажды забрался на стол, приготовленный ему для сиденья: он поставил на него ногу, поднялся вверх и уселся в совершенном противоречии с законом земного притяжения.

Но эти вещи не следует показывать слишком много, поскольку это побочный продукт медитации, но не самоцель. Видя это, люди будут думать, что они должны делать именно это, но, конечно, они не должны делать именно это. Поскольку весь мир является коллективным сном, конечно, многое можно изменять. Но если происходят такие феномены, то этому не придается слишком большого значения,

поскольку это действительно побочный продукт, который может возникать, но не обязательно должен возникать.

3 *Считаете ли вы искусство путем истины? Может ли жизнь в буддизме и жизнь в искусстве быть чем-то равным? Великие люди искусства — Кафка, Достоевский, Джакометти, — каков их уровень с точки зрения буддизма?*

В буддизме люди, создающие великое искусство, считаются Бодхисаттвами. Наличие таких качеств у человека является следствием каких-то хороших действий. С другой стороны, похоже, что важно, в какой культуре демонстрируется искусство.

Например, на Западе, где люди верят в эго, самость, искусство в большой степени основывается на том, что люди доят свои неврозы. Например, в случае Хемингуэя, — он совершил героический поступок во время Первой мировой войны на итальянском фронте: с обеими простреленными ногами смог вынести товарища с линии фронта. И он выдаивал из этого героического поступка все, что мог, а в старости, когда в этом больше не оставалось сока, он вставил себе в рот револьвер и отстрелил себе голову. Он наверняка был очень артистичен, но — также и невротичен. К его искусству было примешано эго, ожидания, ревность и всякие другие вещи.

Более здоровым является, вероятно, восточный взгляд на искусство. Там оно не считается чем-то личностным, — человек ощущает себя открытым каналом для того, что принадлежит всем. Рисовальщики тханок, например, никогда не ставили подписи на своих произведениях. Потому что это принадлежит не им, а всем.

Если вы можете творить искусство с таким, буддийским отношением, то это для всех будет полезно: будут расти и творец, и тот, кто наслаждается творением.

Я также уверен, что опытный костоправ или человек, занимающийся какой-либо другой созидательной деятельностью, — может, даже хороший полицейский, приносящий пользу другим, — действует лучше всего, когда забывает о себе. Самое артистичное из того, что я делаю, — наверное, езда на мотоцикле. Когда мотоцикл, человек и поворот сливаются воедино, то все происходит совершенно гладко и безупречно; но если начать думать: «Сейчас я должен сделать то и это; а что подумают люди?» — и так далее, можно устроить аварию.

Итак, я считаю, что и на Востоке, и на Западе творческие способности происходят из хорошей кармы и очищения ума. Но если культура подчеркивает эго, себя, тогда такой дар может вызывать неврозы. А если культура фокусируется на природе истины, которая есть во всех, тогда эти качества могут всем приносить рост и пользу.

4 Почему мы иногда засыпаем на твоих лекциях?

Если вы засыпаете, то это просто потому, что недостаточно хорош учитель. Или же ваш ум получает слишком много информации, и вам нужно замкнуться на некоторое время, пока информация раскладывается по ящикам в вашем подсознании. Это вполне возможно.

Послушайте, когда мы вот так встречаемся, то в этом есть очень сильное взрывчатое свойство. Происходят чрезвычайно сильные вещи. За два часа я пытаюсь передать вам суть того, чему учил Будда

в течение 45 лет. И хотя ваши уши остаются на прежнем месте, очень многое происходит внутри вашей головы. И, конечно, вы засыпаете.

5 Я занимаюсь охотой с малых лет и убиваю из ружья уток, гусей и так далее. Что вы можете сказать по этому поводу?

Я бы оставил это занятие, если только вы не нуждаетесь в нем для выживания, для того, чтобы прокормить семью. Если вам нравится стрелять, то можно пойти в тир. Или поехать на юг и охотиться за нашим старым другом Басаевым. Он может стрелять в ответ, и с ним веселее, чем с утками.

Не знаю, наверное, я спортсмен по натуре. Я занимался четыре года боксом, но никогда не дрался с теми, кто ниже меня по классу. Я всегда говорю: «Большой противник — большая честь».

С другой стороны, есть люди, которые охотой кормят свои семьи. Кроме того, бывает так, что каких-то животных становится слишком много, потому что исчезают их природные враги, волки и медведи. Тогда необходимой работой может быть помочь большому числу животных, застрелив немногих, и так далее. Но я бы занимался этим как можно меньше.

В любом случае все животные, которых вы убьете, получают пользу, если вы пройдете сейчас пхову, в эти дни, или просто будете медитировать.

6 Если я чувствую огромную любовь к людям, что лучше всего сделать, чтобы преодолеть их взаимную и постоянную ненависть? Как отличить любовь к ним от энергетического вампиризма?

Хвалите их без конца. Каждый раз, когда они к вам приближаются, говорите им, какие они чудесные, какие они замечательные, как хорошо они все делают. Они наконец просто от вас отвяжутся. А если они вернуться, то должны будут относиться к вам совсем по-другому.

Также, если вам кто-то все время хочет жаловаться на других, вам нужно говорить: «Да ты, наверное, шутишь. Она только что была здесь и так тебя хвалила!» Действуйте в таком духе при любой возможности, и тогда все люди, которые хотят услышать что-то приятное, будут приходить к вам, а все трудные люди пойдут не к вам.

7 *Что делать с тараканами в квартире, если их становится слишком много?*

Я бы всегда обращался к специалисту и не делал ничего сам. Они делают это так часто, что это на них почти больше не влияет, тогда как для вашего ума это настоящий груз. Все, что связано со смертью, предоставляйте специалистам. Не вовлекайтесь в это. Не носите этот груз, если в этом нет необходимости.

8 *Я давно хочу заняться буддийской практикой. С чего мне нужно начать?*

Познакомьтесь с вашим местным центром. Практикуйте вместе с ними — они дадут вам медитации и все остальное, что нужно. Они очень одаренные, и уже давно являются моими друзьями и учениками. Пожалуйста, действуйте через центр, не пытайтесь что-то делать просто сами. Приобретите книги, познакомьтесь с разными этапами в медитации.

9 *Обладают ли старые тханки энергией Будды?*

Да, некоторые из них обладают довольно ощутимым энергополем. В Гамбурге есть тханка Защитницы Белый Зонт. Когда я приложил ее к голове, у меня застучали зубы, и было такое чувство, будто меня окунули в ледяную воду. И несколько раз после этого, когда я слишком быстро поворачивал на мотоцикле, ее тысяча рук удерживали меня и толкали в верном направлении в самый разгар заноса. Она могучая. Да, и у меня тоже есть много предметов, которые являются носителями энергополей.

10 *Во время церемонии освящения ступы в Элисте усилился ветер, поднимая песок, и также во время освящения ступы в Цагануре был сильный ветер. Связано ли это с какими-то энергиями?*

Мы обычно рассматриваем подобные вещи как очищение и уход старых мешающих энергий. Не всем нравится то, что мы делаем. По соседству находятся Дагестан и Чечня. Внутри Калмыкии есть разные линии буддизма и в связи с этим — много политики. В Бурятии тоже. В стране, где религия существует уже давно, обычно есть много политики. Если же буддизм подобен новой метле, то он лучше метет.

11 *Как буддизм объясняет дежавю?*

Есть один вид дежавю, который подобен вспышке, мимолетному чувству узнавания. Это когда одно и то же впечатление достигает уровня осознания в мозге

двумя разными путями: сначала интуитивно, а затем — посредством различных психологических процессов.

Когда вторая программа приходит в пункт назначения, а первая уже там, мы думаем: «А, я это знаю».

Настоящее дежавю — когда ты в течение длительного времени узнаешь что-то такое, что действительно может иметь к тебе отношение. Например, когда мы с Ханной узнавали разные вещи в Тибете.

Таким образом, первый вид дежавю, короткие вспышки, связан с работой мозга, а второй действительно указывает на прошлую жизнь.

12 *Как избавиться от суеверий?*

Подумайте, кто бы их у вас купил. Купил бы он, купила бы вот она? Если вы приходите к выводу, что никто не стал бы их у вас покупать, значит, в них, наверное, нет никакой пользы. Тогда выбросьте их.

13 *Мои друзья любят экстремальные развлечения. Может ли распространяться на них действие Защитников, если они не буддисты?*

Всегда трудно рассуждать по поводу кармы. Наверное, лучше всего быть как можно более честным, — тогда различные Будды будут защищать. Но очень трудно ответить однозначно.

Я сам люблю риск. Например, я слишком быстро езжу. С другой стороны, мне это не кажется чем-то неестественным, — у меня быстрый ум и быстрые руки. То есть нельзя сказать, что этот риск необоснованный.

Вообще, я думаю, что все любят иногда рискнуть. Это позволяет нам преодолевать наши ограничения.

Но это должно быть разумно, все должно быть в порядке со снаряжением и самой ситуацией.

Например, в одних странах дороги подметают, а в других — нет. Когда вы едете на мотоцикле по асфальту, то весь ваш вес держат два-три квадратных сантиметра переднего и заднего колеса. Если вы наедете на пыль, вы — покойник. Это не как машина, где четыре колеса и много резины.

На мотоцикле можно ехать быстро только в тех странах, где дороги подметают, убирают с них пыль и грязь. Однажды я ехал в высоких восточных Альпах, Доломитах, по австрийской дороге, чистой и замечательной. Затем я увидел пограничный пост и тут же въехал на итальянскую дорогу, еще не очищенную от гравия, которым ее посыпали против снега. Я ехал на полной скорости и стал скользить то одним боком, то другим. Не было контакта с дорогой ни у переднего, ни у заднего колеса, и я мог только манипулировать своим весом. И затормозить я смог, только доехав до места, где больше не было гравия. Если вы в состоянии предусмотреть подобные вещи, то сможете ездить на мотоцикле долго. А если нет — то потом только соберут кусочки.

А на заднем сиденье у меня была Кати, и я вовсе не хочу совершать аварии, когда со мной есть кто-то. Не выбрасывайте свои жизни. Вы нужны нам надолго.

14 *Верно ли, что сильным толчком для развития может послужить плод негативной кармы, как в истории о Миларепе? То есть мы развиваемся не столь быстро, может быть, из-за того, что наши действия в прошлой жизни были не столь сильными?*

Нет, главным образом, если у вас много негативной кармы, то вы даже не окажетесь в таком месте, где вам

может прийти в голову мысль о практике. Миларепа был излучением Бодхисаттвы по имени Домби Херука, и именно поэтому все было возможно. Кроме того, к Просветлению его привела не только его тяжелая работа, но в основном его связь с Марпой и его особый взгляд на вещи. В мире полно чернорабочих и носильщиков, и у многих работа не менее тяжелая, чем была у Миларепы; однако они только стареют, но не становятся просветленными. Работа — это только один фактор, как может сказать вам наша группа в Аскате. Но другим очень важным фактором является особое видение вещей и связь. Иначе ваши простирания будут напоминать зигзагообразный способ передвижения зеленого червячка. В этом не много смысла.

15 *Возможно ли изменить свое состояние ума или положение дел вокруг себя с помощью изменения своего физического состояния? Например, уехать, оставив неприятные места в поиске тех, где будешь чувствовать себя более энергичным и активным?*

В некоторой степени. Однако поскольку то, что вы ощущаете, — это ваша карма, то в новой среде следствия созданных вами причин будут просто появляться в новых обличьях. Это не окончательный выход. Окончательный выход — привести свой ум к такому состоянию, когда вы больше не можете страдать. В этом действительно есть смысл.

16 *Если человек попал в Девачен после пховы, значит ли это, что вся прошлая карма исчезает?*

Кармы уходят, но не умственные привычки. Вы достигаете уровня, который называется Освобождением. Это значит, что растворяется иллюзия эго, идея того, что вы являетесь отдельным «собой» или «мной». В этом смысле связь со всеми прошлыми вредными действиями прерывается. Но все еще остаются тенденции: материалистические, нигилистические, экзистенциальные, трансцендентальные и прочие. Затем в Чистой стране мы проходим в своем развитии десять ступеней, при этом все больше избавляясь от интеллектуального багажа, — до тех пор пока субъект, объект и действие не сольются воедино. Тогда все будет непринужденным: и свободным от усилий, и все будет иметь смысл. Это — Просветление.

Это то, что происходит в Чистых странах. Но, конечно, если вы принимаете перерождение, то вместе с телом, которое получаете, вы получаете также карму. Тела любят, чтобы с ними обращались хорошо, а не плохо, и возникают привязанность и отвращение. Они будут окрашивать ваши слова и действия, и это будет приводить к каким-то результатам. Эти результаты опять побудят вас что-то делать или говорить, и это создаст новые трудности. Это — обусловленный мир.

Но, когда вы умрете, тело исчезнет, а ум вернется к тому Ясному свету, откуда пришел. Если же вы вели себя глупо, пока были здесь, в теле, то в течение некоторого времени у вас не будет возможности принимать воплощения, обладающие большой силой. Наверно, поэтому Тругпа Тулку, когда его спросили о его следующем перерождении, сказал, что он будет обычным человеком в Японии. А обычные люди в Японии — очень обычные, уверяю вас.

17 *Как насчет помощи нищим, если они просят?*

Это зависит от того, что они делают с деньгами. Если покупают наркотики, как они это часто делают в Западной Европе, — в то время как там есть действующая система социального обеспечения, — то это, возможно, принесет пользу вам, но не им. С другой стороны, если вы видите здесь старых бабушек и даете им деньги, это чудесно.

Чудесный поступок.

Я обычно не подаю детям, поскольку попрошайничество может у них войти в привычку, и они не будут делать ничего другого. Например, цыгане специально посылают детей попрошайничать. Детям можно дать хлеба, какой-нибудь еды. Тогда можно посмотреть, едят они или нет. Если они не берут, значит, они не голодны.

18 *Насколько я понимаю, наша общая задача — сделать так, чтобы поучения об уме, которые были в Тибете, не исчезли. Как Оле относится к такой идее, чтобы, например, какой-нибудь лама в прямом эфире CNN стал прозрачным. Возник бы нечеловеческий интерес к буддизму. Или чудеса не следует использовать вообще ни для чего?*

По моему опыту, это не имеет ни малейшего значения. Никакие ухищрения не имеют смысла.

К нам в Скандинавию приезжал Ури Геллер, йогин из Израиля. Шведские фермеры выключали телевизор, потому что у них в шкафах начинали

скручиваться серебряные ложки. Ханна вставила ключ в дверь, а он был как резиновый и затем распался на два куска. У нас до сих пор они хранятся. Но уже на следующий день писали, что все это было подстроено, что у него на пальцах было что-то такое, что сгибался металл. Либо вы верите в чудеса, либо нет.

Я могу вам сказать, что помогает людям: если вы можете сказать им, что им предстоит старость, болезни и смерть, и что им нужно попытаться обрести ценности, которые они не смогут потерять в то время. В этом есть реальный смысл.

В буддизме говорят об обычных и необычных силах. Обычные силы — это делать такие вещи, как Ури Геллер. Мне самому удалось несколько раз изменить погоду, когда это было важно для крестьян.

Но это не самое главное.

Главное — давать людям понимание того, что у них есть сейчас драгоценный шанс работать со своим умом и развивать его.

Это должно быть целью. Иначе у людей просто покраснеют уши, неделю они будут обсуждать какое-нибудь чудо, а затем по телевизору будут показывать футбол, и они обо всем этом забудут.

Но на тебя это произвело в свое время очень сильное впечатление, так?

Да, но я был также к этому готов.

19 *Если все время рвется шнурок благословения или мала, нужно ли еще раз принять Прибежище?*

Нет, ваше Прибежище, наверное, очень эффективно. Различные вещи, которые вы используете в своей практике, становятся носителями Будда-энергии. Они вас защищают. Часто ваша мала или

шнурок благословения рвется тогда, когда с вами могла случиться авария или могли возникнуть какие-нибудь другие проблемы. Вы можете думать, что Будды подставляют плечо и принимают на себя удар, который иначе обрушился бы на вас. Так что считайте это защитой, но одновременно старайтесь использовать прочные шнуры. То же самое, когда благословенные предметы исчезают.

Сейчас на Западе есть шнуры из материала, который называется «кевлар». Это молекулы углерода, и этот материал прочнее пластмассы и нейлона. Из него делают пуленепробиваемые жилеты. Можете попробовать найти шнурок из этого материала.

20 *Что вы знаете о колдунах и черных магах, которые занимались разводом церковных браков?*

Хороший буддист может съесть дюжину колдунов перед завтраком, и только потом почувствовать голод. Если вы принимаете Прибежище, то все эти вещи больше не могут нанести вам вред. Ваша карма все еще всплывает изнутри, но вы защищены от того, что снаружи.

Что касается церквей, то я не знаю, что делают христиане, и полагаю, что у нас с ними мало общего. Я рад всем хорошим вещам, которые они делают, — в социальном плане и так далее, — но стараюсь не смешивать системы, потому что это только приводит к запутанности. Слишком велики различия.

21 *Лама Оле, можно ли делать татуировки Будд? Или это зависит от мотивации?*

Это зависит от мотивации и от хорошего вкуса. Может быть, это потому, что у меня академическое происхождение, но я думаю, что это не такой уж хороший стиль — ходить со всевозможными картинками на теле. Я знаю, что теперь татуировки можно удалять лазером, и это легче, чем операции, которые приходилось делать раньше. Но все же — это такое «жесткое» отождествление все время.

Если вам хочется это делать, то изображайте мирных Будд. Но, честно говоря, я думаю, что это не очень хороший стиль.

22 *Возможно ли, что из-за плохой кармы человек останется одиноким, без собственной семьи, без любящего человека? Есть ли способ изменить это или ничего поделать нельзя?*

Вы можете создавать дружеские связи каждый день. Вы можете думать хорошие мысли, вы можете вкладывать счастье в свой ум каждое мгновение. Карма — это не судьба, а причина и следствие. Изменив причину, вы меняете следствие. Ничто не является неизбежным до того, как произошло. Таким образом, осчастливьте кого-нибудь сегодня, и у вас будет друг через десять лет.

Используйте свою жизнь.

23 *Что вы считаете главным для человека, живущего в современном мире?*

Способность видеть все как коллективный сон, внутри которого много индивидуальных снов, и одновременно — знать, что есть большая разница

между хорошими и плохими снами. Из хорошего сна можно проснуться, а плохой сон только добавляет неприятностей.

Знание того, что все непостоянно и изменчиво, и одновременно — знание того, что есть глубокий смысл в том, чтобы творить добро и избегать зла.

24 *Какие-нибудь пожелания молодежи, студентам?*

Я желаю, чтобы они обнаруживали то богатство, которое есть у каждого из них внутри. Чтобы они могли видеть внешний мир как результат их прошлых действий, а свои реакции на то, что происходит, — как выражение достигнутого ими уровня развития. Особенно я желаю, чтобы они понимали, что все существа хотят счастья — так же, как и они сами.

25 *Если человек убил кого-нибудь, защищая себя или близких или свою честь, что это за собой влечет?*

Убийство, конечно, оставляет сильные отпечатки в уме, и чем больше вы можете отождествляться с людьми, которых убиваете, тем эти отпечатки сильнее.

- Самые сильные отпечатки остаются, когда вы убиваете хорошо знакомых вам людей, с которыми у вас близкие отношения.
- Второе по силе — это когда вы убиваете себя.
- Третье — когда вы убиваете незнакомого.
- Четвертое — когда убийство происходит в результате несчастного случая.

Существуют четыре условия, делающие убийство полным:

- 1) вы должны знать, что это человек;
- 2) вы должны хотеть его убить;
- 3) вы должны убить его или организовать его убийство;
- 4) вы должны остаться довольны.

Если эти четыре фактора соединяются, то след от убийства в уме — максимальный, а если каких-то из них не хватает, то сила меньше.

Наверное, всем нам известным видом убийства является аборт, и это примерно половина убийства:

- 1) вы, на самом деле, не знаете, человек ли это;
- 2) вы, в общем, не хотите убивать, но боитесь, что иначе от вас сбежит друг или тронется ваша католическая или православная бабушка;
- 3) вы убиваете или организуете убийство;
- 4) обычно вы не особенно довольны этим.

Особенно женщины чувствуют себя не в своей тарелке, если хотят детей, но не могут их завести. Кстати, есть много хороших возможностей сделать так, чтобы вашего ребенка приняли в какой-нибудь семье, и это — хороший поступок со стороны матери. Даже благородный.

26 *Есть состояния, в которых карма создается, и есть состояния, в которых она тратится. Верно ли, что только в состоянии человека и животного карма создается, а в остальных состояниях — тратится?*

Боги, полубоги, духи и обитатели ада только тратят карму, это верно. Состояние животных как бы нейтрально. Конечно, когда умирает коро-

ва, то в ее подсознании более приятные впечатления, чем у кошки. Кошка после смерти, возможно, будет видеть множество огромных мышей, которые хотят ее съесть. Но поскольку животные на самом деле не знают, что творят, то карма, создаваемая ими, не столь сильна.

Где все действительно происходит — это в мире людей. Здесь создаются сильные кармы, поскольку у нас есть тело и мы знаем, что происходит. Последующие результаты тогда очень сильны. Конечно.

27 *Как разобраться в причинах страдания и радости в конкретной ситуации?*

Для того чтобы полностью понимать причинно-следственные связи, вы должны быть очень близки к Просветлению. Например, для того чтобы знать, какие именно прежние действия павлина привели к тому, что у него перья имеют ту или иную окраску, нужно быть почти Буддой.

В общем, можно видеть, что люди, которые делают хорошие вещи, становятся счастливыми, а люди, которые делают вредные вещи, получают страдание. Можно видеть, что люди сами творят свои жизни: склонные к насилию часто попадают в аварии, склонные к вранью чувствуют, что о них плохо говорят другие... Но следствие какой-либо причины не наступает сразу, мы сеем и жнем не в один и тот же день. В большинстве случаев, когда вы делаете что-то, должно сойтись очень много факторов, прежде чем вы получите результат. Если же у людей не много «долгов», которые они должны заплатить, промежуток между начинанием и результатом может быть довольно коротким.

28 *Чем может помочь другим начинающий буддист?*

Хорошими пожеланиями, мантрами, практическим содействием, хорошим примером — многое можно делать.

На самом деле довольно важно сохранять настрой начинающего — не терять вдохновения и продолжать видеть все новым и свежим.

Если вы войдете в роль «опытного человека» и будете думать, что уже знаете и то и это, то вас можно считать готовым экспонатом для музея. Тогда вы бесполезны. Я сохраняю этот свежий настрой начинающего уже в течение 30 лет, и с каждым днем вижу все вокруг все более новым, интересным и сверкающим.

29 *Ваше отношение к абортам.*

Это поистине напрасный поступок. Насколько мне известно, 10% всех семей хотят завести детей и не могут этого сделать. И лучшим проявлением щедрости будет отдавать детей в эти семьи, а не убивать их.

У нас в Европе очень хорошие правила относительно усыновления: женщина, отдающая ребенка, может иногда приезжать и смотреть, как он развивается. И даже если у вас другие правила, любой, у кого есть немного сердца в груди, должен понимать, что лучше отдать ребенка, о котором вы не можете позаботиться сами, тем, кто хочет его взять и может о нем позаботиться, чем убивать его. Вам нужны дети в России. Вам нужны русские дети. Не убивайте их, дайте им шанс вырасти.

30 *Я слышала утверждения о том, что человек, ведущий подобающий образ жизни и чувствующий, что находится на своем месте, будет иметь деньги, чем бы он ни занимался. Верно?*

Нет, это также зависит от прошлых жизней. Если вы многих обманывали в прошлых жизнях, то вам трудно будет разбогатеть. А если вы проявляли в прошлых жизнях щедрость, то вы, наверное, попросту переродитесь в богатой семье. Многое из того, что происходит в этой жизни, обусловлено прошлой жизнью, и многое из того, что мы делаем здесь, принесет плоды лишь в последующих жизнях. Но, в общем и целом, ваши слова верны. Поскольку пространство богато.

Значит, почти все русские люди были обманщиками и ворами в прошлых жизнях?

Вы были намного лучше, чем африканцы, — они действительно бедны. Вы были лучше многих других. У вас есть природа, у вас есть образование... Вероятно, это ваша ревность не позволяет вам наслаждаться своим богатством. Вот что я думаю. Если бы вы были щедрее, если бы россияне желали больше счастья друг другу, то вы бы стали богаче гораздо быстрее.

31 *У нас есть поговорка: «В здоровом теле — здоровый дух». Многие люди стремятся развить свое тело и достигают в этом больших результатов. Что происходит тогда с их духом?*

Если вы научитесь хорошо владеть своим телом, то вы, наверное, сможете хорошо владеть также своим умом. Хорошо знать при этом, как верно мотивировать

свой ум. Иначе вы просто превратитесь в красивую картинку, в чем мало смысла. Развиваемая сила должна каким-то образом быть направлена на благо другим.

Кати, например, чуть не стала пловчихой на Олимпиаде, однако поняла, что это постоянное плавание ее отупляет, и бросила это занятие. Но развитая в этом процессе сосредоточенность помогает ей до сих пор. У нее очень сильный ум.

32 *Как действует наркотик на уровне энергии? Что происходит?*

Есть вещи, которые способствуют ненадолго приливу энергии, особенно амфетамины, но они также вас сжигают. Большое количество сахара тоже может вызвать кратковременный подъем, после которого наступит спад. То же касается кокаина, кофеина. Но они не дают силу надолго. Барбитураты — успокаивают. Впоследствии все это плохо сказывается на теле.

По-моему, лучше всего выработать привычку наслаждаться тем, что делаешь: считать прекрасным шансом возможность что-то делать, что-то изучать, заниматься какой-нибудь деятельностью. Можно думать, как я думал одно время: если я прямо сейчас умру и в могилу положат совершенно неиспользованное тело, у которого всего лишь отказал какой-то маленький орган, то это будет весьма неразумной тратой средств. Когда меня будут уносить, это должна быть полная поломка механизма. Я должен быть полностью разбит, и все должно сломаться одновременно.

Нужно просто учиться наслаждаться действием, наслаждаться силой движущегося тела, своими способностями. Учиться осознавать это. Вы не так

счастливы на диване, как в лесу; вы не так счастливы, когда спите одни, чем когда спите с кем-то; и вы не так счастливы, когда думаете о себе, чем когда думаете о других. Я бы делал свою жизнь большой: большие идеи, большие чувства, большая активность.

Вырабатывайте это постепенно, тогда вы обнаружите силу в самих себе. И эта сила будет надежной, вы ее больше не потеряете. Это будет подобно дровам из этого леса, которому нет конца, а не бидону с бензином, который закончится через неделю,

33 *Люди относятся к четырем видам активности: умиротворяющей, преумножающей, очаровывающей и защищающей. Как нужно действовать, если замечаешь, что очаровывающая активность преобладает, но в то же время ты не можешь быть надежной опорой для других?*

Очаровывающая активность на самом деле нуждается в основе. Если вы предпочитаете быть первым, кто взбирается на холм, то вам нужно заботиться о том, чтобы кто-то обезопасил ваш тыл. Что касается меня, то у меня есть Ханна, Кати и Томек — они занимаются связями, заботятся о том, чтобы люди получали информацию, встречались друг с другом и так далее. В России у меня есть моя путешествующая команда и люди повсюду, чтобы не получалось так, что вершины покоряются, но никто об этом не узнает. То есть герои покоряют горы, и затем люди поселяются в долинах и создают живую культуру.

На личном плане, о котором говоришь ты, ситуация точно такая же. Но если у тебя нет Томека, Кати или Ханны, тогда тебе нужно все делать самому. Тогда какую-то часть активности ты направляешь

на воодушевление людей, а какую-то на то, чтобы быть хорошим примером. Нужно найти хорошее равновесие.

Кроме того, людям нужны разные вещи. Другим нужно глубокое вдохновение и веселье, а стареющим родителям — покой и хорошая атмосфера. В моем бизнесе нужны твои связи, твоя способность широко мыслить, а твоей подруге может понадобиться твоя защита. Пусть все течет естественно, а ты выясняй, что наиболее полезно.

Если ты думаешь о других, то все происходит все естественнее. В пространстве есть очень много знания — о многом говорят различные положения тела людей, когда они что-то делают... Когда тебе не будут препятствовать идеи о том, что ты чего-то хочешь и чего-то не хочешь, ты станешь действовать естественным образом.

34 *Влияет ли на детей карма родителей?*

Вы рождаетесь в определенное время, в определенном месте у определенных родителей. Это, конечно, часть вашей кармы. Родители могут дать вам здоровое или нездоровое тело, и в этом смысле их карма влияет на вашу. Но у вас своя собственная карма. То есть это не так, как говорят христиане: если родители что-то натворили, то вина переходит и на вас. У каждого своя карма.

У отца все братья умерли в молодом в возрасте из-за глупых поступков.

Нет, это не наследуется.

35 *Здесь рассказывают о том, как в сталинские времена отлетали пули от лам, когда в них стреляли.*

Рассказывают также, что в некоторых местах в Тибете не могли найти лам, когда приходили их убить, и так далее. Но убили очень многих. В Монголии до сих пор находят множество захоронений, в Тибете убили четверть населения — полтора миллиона из шести. Может быть, в некоторых случаях йогам удавалось этого избежать разными путями, но пуля...

Когда их убивают, защитная энергия не работает?

Некоторых убили, некоторые остались, чтобы заботиться о своих людях... Все когда-нибудь умирают. Все главные держатели линий вышли из Тибета, но когда-нибудь срок жизни истекает.

Я знаю сам, как сильны Защитники. Я также знаю несколько человек, спустившихся с тибетских гор с дырками от пуль в одежде, но без дырок в теле. На них были защитные амулеты.

Я даже знаю датского Защитника по имени Датчанин Хольгер, который защищал людей во время Второй мировой войны, во время немецкой оккупации. Коммунистические группы разрывали на части, всех ловили, но людей из группы, носившей имя Датчанина Хольгера, никогда не находили. Они могли стоять за дверью, когда заходила полиция, и полицейские все осматривали, но никого не обнаруживали и уходили.

Сам я езжу со скоростью 250 км в час на мотоциклах и машинах и делаю всевозможные дикие вещи, и много раз в моей жизни случалось, что я должен был умереть. Но что-то меня защищало. Однако когда-нибудь приходит время уйти. И если вы прожили жизнь хорошо, то у вас будет хорошее тело, радостный ум и приятное окружение также и в следующей жизни.

36 *С чем связано появление таких людей, как Чингисхан, Гитлер и Сталин?*

Возможно, что Чингисхан не такой уж плохой, как о нем говорят. Мао Цзэдун, Хомейни, Полпот, Гитлер, Сталин — их я считаю настоящими преступниками. Конечно, также Берия, Каганович, Дзержинский. Все эти злые люди.

Наверное, это визит из адских миров. Это люди, у которых так долго было много негативных мыслей, что в них могла внедриться очень вредная энергия. По-моему, они были одержимы.

Интересно, как они умирают. Некоторые из них сохраняют полное присутствие духа. В одном немецком концлагере была очень плохая дама по имени Ирма, которая находила людей с татуировками и делала из их кожи абажуры для своих друзей. Когда англичане пришли, чтобы ее повесить, она лишь смеялась им в лицо, плевалась в них, и ей вовсе не было страшно. Она была смелая. А Берия, после того как убил миллионы людей, просил: «Пожалуйста, не расстреливайте меня, отправьте меня в Сибирь!»

Я скажу вам, что одна вещь, которую я понял в своей жизни, — и я понимаю это все лучше и лучше, — это то, что даже самые незначительные позитивные поступки оправдывают себя, и также имеет смысл избегать даже самых незначительных негативных поступков. Быть максимально сознательным и добрым — это важнее, чем может показаться.

37 *Могут ли какие-нибудь свирепые существа, духи мешать тому, кто практикует Алмазный путь?*

Они держатся на расстоянии. Наш друг вот здесь (показывает на статую Защитника Черный Плащ) съедает дюжину духов перед завтраком, и потом уже чувствует голод. Нет, нет, не нужно об этом думать.

Духи, с которыми вы сражаетесь, находятся в вашем собственном уме: мешающие чувства, лень... Внешних духов нет. У них слишком много забот сейчас — на них все время наезжают машины, когда они гуляют. В наше время стало очень трудно быть духом. Худшая проблема для духов — это ветряные мельницы. Если они в них попадают, то это как машина для производства салями. Все труднее быть порядочным духом. Неудачное время для этого бизнеса.

38 *Другие цивилизации стремятся устанавливать контакт лишь с некоторыми людьми и делают это очень настойчиво. Они блокируют память, и эти люди потом многое забывают.*

Я и здесь склонен думать, что причина — внутри, в химии мозга. Я не верю во всю эту экстрасенсорику.

Дело в том, что в вашем распоряжении будет и середина, и окраина, если ваше развитие носит здоровый характер. Вы становитесь способны функционировать нормально, естественно, все начинает получаться, и ваша жизнь становится успешной. И вдобавок к этому вы можете заниматься чем-то необычным, медитировать, очищать свой ум, испытывать прекрасные ощущения и так далее. Если вы теряете что-то, для того чтобы что-то обрести, то это нездоровое явление.

Есть два очень разных вида духовности:

- в одном случае люди не могут справиться с чем-то в своей жизни и стараются убежать и погрузиться во что-то где-то в другом месте. Если люди не могут

с чем-то справляться, если им нужно сидеть особенным образом, носить специальную одежду, делать какие-то особенные вещи — забудьте о них. Если они не могут посмеяться над собой — забудьте о них. Если ваш смех кажется им недопустимым — забудьте о них;

- в другом случае люди видят, что жизнь гораздо богаче, чем мы думали, и берутся за реальное развитие своего ума. Им вы можете доверять.

Во многих культурах есть идея большого гения, или безумного гения, но мой опыт говорит о том, что можно быть либо гением, либо безумным. Чем лучше вы функционируете, тем лучше можете справляться со всевозможными вещами. Это — старая христианская идея: нельзя быть слишком счастливым, и обязательно нужно отдавать что-то, для того чтобы получить что-то другое. В буддизме иначе: чем больше вы получаете, тем больше вы получаете.

В духовных вопросах всегда смотрите на самого человека и думайте: «Купил бы я у него подержанную машину?» Действительно смотрите, доверяете ли вы ему. Если он счастлив, то он, вероятно, может сделать счастливыми и вас; если он несчастлив, держитесь в стороне от него. Это одна из причин того, что я никогда не испытывал большого доверия к известному господину на кресте: он выглядит не очень счастливым. Не думаю, что смог бы использовать его фокус.

Но мне всегда нравился Будда, потому что он улыбается. Похоже, что он знает фокус получше.

39 *Это не очень серьезный вопрос, но почему-то обстоятельства складываются так, что вся моя одежда, все мои рюкзаки вот такого, ярко-красного цвета. Чем это может объясняться?*

Хочешь сказать, что была в прошлой жизни монахиней? Не похоже.

Вообще, это также цвет сочувствия. Вы как бы выносите цвет своей крови наружу, показывая, что относитесь к другим так же, как к себе.

40 *Говорят, что ниндзя в критических ситуациях использовали свои особые мантры.*

Я думаю, что истоки этого — в ранних стадиях развития тибетского буддизма.

Есть ли мантры, которые можно использовать в опасных и критических ситуациях?

Есть вещи, которые действуют кратковременно, моментально, а есть то, что действует на большем расстоянии. Это определяется тем, кого вы призываете. Это могут быть мирские энергии, которые можно использовать очень быстро, но которые затем предьявят вам счет. Или же вы можете работать с просветленными энергиями, у которых другая направленность.

Для того чтобы нанести вред врагу, вам нужна мирская энергия. Просветленная энергия никогда не станет этого делать. Как только у вас появляется намерение нанести кому-нибудь вред, штепсель выскакивает из розетки, и ничего не происходит. С другой стороны, она всегда будет защищать вас в молниеносных ситуациях.

Я езжу со скоростью 250 км в час на своих мотоцикле и машине и веду очень дикий образ жизни. Я часто бывал спасен. Вы можете быть уверены, что просветленная энергия защитит вас, но не станет бить другого парня. Если что-то все-таки попадет в него, то это его собственная карма, а не что-то исходящее от Защитников.

Но важнее всего то, что они создают вокруг вас энергополе. Если вы призываете Черного Плаща, Махакалу, — *ОМ МА ДАГ НЁ ЧЮ ТОНГ ПАР ДЖАНГ* — то это не так, что вы получаете какое-то особенное ружье с лазерным прицелом, и теперь можете застрелить кого угодно. Это все равно что поглощать много витаминов. Образуется энергополе. Это делает вас такими сильными, что к вам даже ничего и не приближается. Как говорится: «Маленькие собаки лают, а большим это не нужно. Все ведь знают, что они большие». Лучшая защита заключается в том, что все негативные энергии отклоняются и обходят вас стороной.

И поскольку вы работаете с просветленными энергиями, то не пресекаются никакие пути взаимодействия с внешним миром; иначе ваше развитие могло бы замедлиться. Из ума удаляется все, что вы уже прошли, освоили, что вас больше ничему не научит. А все то, что вам нужно для учебы и роста, всегда происходит именно так, что вы можете извлечь из этого максимум пользы. То есть все происходящее становится зеркалом для нашего ума. Видишь разницу? Это — просветленная энергия.

Я имел в виду не нападение, но такую ситуацию, когда ниндзя попался и его варят в смоле, а он говорит свою мантру, и с ним все в порядке.

Я знаю, что у некоторых тибетцев, которые спустились с гор, выходя из Тибета, были дырки от пуль в одежде, но не было дырок в теле. Я также слышал и другое, хотя сам этого не видел. После того как кхампы вышли из Тибета, они увидели, что в южных Гималаях другие Защитники, и стали заказывать себе новые защитные узлы-амулеты. И они проверяли их, вешая на шею козе и стреляя в нее. Покупали амулеты они только в том случае, если не могли попасть в козу. Иначе просто съедали козу. Но я это только слышал.

Я могу вас заверить, что есть великие Защитники. Два раза — во Франции и в Швейцарии — мой шлем был полон воды, и мне было не очень хорошо видно. Я не замечал поворота и ехал прямо. Не на огромной скорости, где-то 140, но все же достаточно быстро. В одном случае на меня надвигался грузовик, а в другом передо мной было ограждение на обочине дороги. Оба раза я заваливал машину вниз, в вираж, и чувствовал, будто тысяча рук выправляли мотоцикл. Все сотрясалось, и мне удавалось вырулить. Это была настоящая защита.

Однажды в Северной Америке моя бывшая телохранительница по имени Майя, красивая дама, не удержала машину на льду и поехала прямо на дорожный знак на двух толстых опорах, привинченных к земле четырьмя болтами. Одна опора отклонилась, мы проехали, и она вернулась на свое место. В машине было семеро человек, и все это видели.

Итак, я не говорю, что этих вещей не бывает. Я уверен, что я все еще здесь с вами, причем со всеми четырьмя конечностями, именно благодаря им. Но я не знаю ничего полностью осознанного, что можно было бы сделать в этот момент, — просто приходит в действие энергополе. А вы, со своей стороны, помните своих Защитников и Прибежище. Лучшей защитой является ваше желание стать просветленным для блага всех существ. И — ОМ МА ДАГ НЁ ЧЮ ТОНГ ПАР ДЖАНГ, ТОНГ ПЕ НГАНГ ЛЕ ЙЕ ШЕ ЧИ, ЛУНГ МЕ ТЕ ДЖЕ ТЕНГ НЬИ ДЮ каждый день. Не думаю, что вы сможете найти лучшую защиту.

Кроме того, вам нужно делать то, что говорит учитель. Я серьезно говорю своим ученикам пользоваться ремнями безопасности. Даже если ваши друзья смеются и говорят, что вы боитесь. Мы потеряли Диму в Новосибирске. Я несколько раз просил



его пристегиваться в машине. Он этого не делал и — погиб. Вы можете иметь силу влиять на других только в том случае, если сами что-то выполняете. Я считаю, что все вы должны пользоваться ремнями безопасности. На дороге может быть какой-нибудь пьяный идиот, которого вы не заметите, и это не будет вашей ошибкой...

Дядя Ханны работает в больнице, в отделении, куда доставляют попавших в аварию, и он говорит, что к ним привозят только тех, кто пристегивается. Остальных сразу отвозят в морг.

В затруднительной ситуации говори КАРМАПА ЧЕННО. И помни, что Кармапа — это все, к кому у тебя есть доверие. Наш Кармапа просто замечательный, но это охватывает также и всех тех, кто для него работает и сохраняет верность связи с ним.

41 *Мы стараемся создать семью практикующих. Не считаешь ли ты, что стоит сделать пятой частью нёндру изучение английского языка?*

Это было бы хорошо. Я вовсе не против.

Немцы учат английский, датчане. Если какой-нибудь язык будет позволять нам встречаться друг с другом в мире, то это будет английский.

Первое, что я выучил по-английски — I can hop, I can run, it is fun, fun, fun (Я могу прыгать, я могу бегать, это весело, весело, весело). Теперь у вас есть лунг, можете все начинать учить английский.

Хорошо немного его выучить. Вы, русские, можете говорить на нем без акцента. В вашем языке около семи тысяч фонем, звуковых оттенков, в то время как в большинстве других языков их две-три тысячи. Акцент всегда появляется оттого, что вы

не встречались раньше с фонемами, основными строительными кирпичиками какого-либо языка. Например, поскольку во французском, немецком и датском языке меньше фонем, чем в английском, то всегда можно узнать, кто говорит на английском языке, немец или датчанин. А вы, русские, можете говорить по-английски как англичане. Вы с детства знаете все эти звуки, и ваш английский никого не смущает. Вам нужно только избегать американского английского, это — ужасно. Как будто у вас картошка во рту. Говорите на чистом британском английском. Это красивый язык.

42 *Что приводит к перерождению в буддийских семьях в небуддийских странах?*

Лучшая карма. Самая лучшая карма.

Если вы перерождаетесь в буддийской семье в буддийской стране, то там люди обычно являются буддистами по привычке, потому что буддистами были их родители и прародители. Они не исследуют учение. Но в небуддийской стране вы являетесь частью острия у копья, направленного в будущее. И это очень хороший шанс для развития ума. Я считаю это очень хорошей кармой.

43 *Мы принимаем Прибежище в Трех драгоценностях, и в том числе в Сангхе. Значит, мы принимаем Прибежище друг в друге. Если тебя обманывают — занимают деньги и не возвращают — можно ли сказать, что это подобно обману Будды? Или это нарушение обета Бодхисаттвы, или как?*

Начнем с того, что это очень плохой стиль.

И, конечно, когда обманут человек, который тебе доверяет, то это еще хуже.

С другой стороны, люди, которые идут на обман, — как правило, довольно несчастные и слабые. Вы должны были бы вовремя увидеть, что не нужно одалживать им денег. Тот факт, что кто-то вместе с вами медитирует, не освобождает вас от необходимости оценивать его характер. Так что это неоднозначная ситуация. Они сделали большую ошибку, а вы — маленькую.

Пожалуйста, не осуждайте других людей. Это люди, находящиеся на пути, как и вы сами. Буддист — не Будда; буддист хотел бы быть Буддой. У нас есть определенные идеалы, но все равно мы делаем ошибки. Позволяйте людям получать «пользу от сомнения». Доверяйте людям немного больше, если они буддисты, но не доверяйте им слепо. Они были обычными с безначальных времен, а буддистами они являются, может быть, всего несколько месяцев. И есть большая вероятность ошибок.

44 *Стоит ли заводить детей в буддийских семьях? Возможно ли превратить это в практику Ваджраяны? Или же это будет так, что мы будем тратить все свое время на одного-двух детей вместо того, чтобы приносить пользу многим людям?*

Я думаю, что в России хорошо заводить детей. Это очень хорошо. Если бы вы жили в Африке, то я бы вам этого не посоветовал. В России хорошая образовательная система, теплая атмосфера в семьях. В России будет подъем, она становится все более европейской и свободной. Она станет приятным местом для жизни.

Наверное, лет через двадцать-тридцать здесь будет лучше, чем в Западной Европе. Я могу себе это представить.

Так что заводить детей — хорошо. Если у тебя есть здоровый мужчина, чье лицо тебе приятно было бы узнавать и в маленьком ребенке все следующие восемнадцать лет. Вы будете много учиться терпению, в группах можно заботиться о детях друг друга, чтобы мама не была прикована к ребенку. России нужны дети. Если вы не хотите наплыва иммигрантов, вам нужно рожать немного больше детей.

45 *Если в снах появляются необычные сущности, можно ли доверять этим снам?*

Если это не толстит, не наносит вред морали и не противоречит закону, то можно на это посмотреть. Но не создавай слишком много диснейленда. Если что-то слишком экзотично и необычно, отступи назад, не слишком в этом участвуй. Никогда не будь как картежник в темном помещении: ты не видишь, что тебе пришло. Берись за различные вещи, когда они тебе понятны.

Я вас научу лучшему способу думать. Если что-то вызывает хорошее чувство, вы думаете: «Это благословение, я поделюсь этим со всеми». Если что-то является трудным, вы думаете: «Это очищение, я избавляюсь таким образом от всяких неприятностей», и радостно идете дальше по жизни.

Я бы всегда просто наблюдал и не вдавался в подробности, не искал каких-то знаков.

46 *В присутствии одной моей знакомой часто ломаются электроприборы. Почему?*

Люди могут иметь очень сильное энергополе. Сильнее всего оно у девочек в период полового созревания. Оно может сохраняться у людей в течение долгого времени и попросту взаимодействовать с тем, что их окружает. Это не связано со способностями медиума, если вы это имеете в виду.

Конечно, если у вас сильный ум, то вы можете развить сильную медитацию. Это как сырой алмаз: если вы решите сделать огранку, он засверкает. А иначе это просто камень.

47 *Как правильно вести себя с людьми, у которых есть склонность к насилию в психологическом смысле?*

Носите палку. Давайте им понять, что им будет больно, если они будут делать то, чего делать не должны. Давайте им понять, что они должны будут заплатить. Что их, например, выгонят из группы, и что такое поведение не пользуется популярностью.

48 *Просьба пояснить слово «благословение».*

Благословение объясняется по-разному. Некоторые старые тибетцы, такие как Калу Ринпоче, предпочитали сравнивать его с тем, как мы греемся на солнце после пребывания в холодном месте. Современные люди, интеллектуалы больше чувствуют это как свет или как энергию в теле. Это либо приведение в действие ваших собственных внутренних энергий, либо взаимодействие чьей-либо системы энергий с вашей энергией при физическом прикосновении. Я лама старой школы и так же, как Кармапа и другие мои учителя, много благословляю.

Для меня это естественно, как было естественно и для них. Я при этом обычно представляю моего Защитника в сердце и, когда прикасаюсь своим лбом к вашему лбу или кладу вам руку на голову, думаю, что целый поток этих Защитников перетекает оттуда через мою голову или руку в вас и впитывается вашим сердцем.

Но возможно также, что, когда вы читаете книгу или слышите голос, без какого-либо внешнего прикосновения раскрываются ваша собственная преданность и мудрость, и вы чувствуете это изнутри. Я могу вам сказать, например, что, когда я читаю историю жизни Миларепы или что-то в этом роде, то — несмотря на то, что я датчанин, а датчане не сентиментальны, — у меня все равно появляются слезы в глазах. Многие вещи там просто невероятно подлинны.

Нам нужно, наверное, сделать опросный лист о том, как люди ощущают благословение в разных странах. Могло бы быть довольно интересно.

49 *20–30 лет назад на Западе происходило то же, что происходит сейчас в Москве. Появляется много так называемых салонов белой или черной магии, возникают различные предсказатели, жрецы вуду и так далее. Не ухудшит ли это карму города и людей, которые с этим соприкасаются?*

К сожалению, нельзя издать закон, запрещающий глупость. Несмотря на то, что у вас только что вышел интересный закон о цензуре, по поводу которого я могу только покачать головой, все же, когда люди о чем-то не знают, то у них появляются еще более дикие фантазии. Самое глупое, что можно сделать,

это перекрыть доступ к информации. Тогда люди теряют общее чувство того, что происходит, и становятся неуклюжими динозаврами, какими были раньше коммунисты.

Конечно, можно наполнять свой ум множеством негативного, особенно если практикуется жертвоприношение животных и так далее. Вообще, сама идея того, что вы занимаетесь чем-то негативным, уже способствует активизации негативности в уме. На самом деле все очень просто. Если у нас все получается и все идет хорошо, то это потому, что мы наполняли свой ум хорошими впечатлениями. А если у нас трудности и все идет плохо, то это потому, что мы наполняли свой ум плохими впечатлениями. Наш ум подобен саду. Я уверен, что никто не станет разбрасывать грязь в своем саду.

Итак, если люди хотят делать себя бедными и несчастными, конечно, у них есть на это право. Но это очень глупо. Зачем наполнять грязью свой собственный сад? Лучше наполнять свой ум чем-то хорошим.

50 *Мой знакомый не верит ни в бога, ни в дьявола. В то же время он говорит, что им управляет какой-то хозяин, который причиняет ему вред. Он не хочет принимать никакой помощи. Что это за явление?*

Очень глубокие угрызения совести. В уме содержится то, что ум не в состоянии переварить, и он так боится этого, что не обращается за помощью. Трудная ситуация.

Если он начнет становиться невротичным, посоветуй ему получить какие-нибудь таблетки от доктора,

чтобы ум мог проработать свои проблемы под защитой химических веществ. В подобных случаях лекарство, как правило, помогает лучше всего.

Но обычно человеку нужно очень много пострадать, чтобы у него возникло желание это сделать, и это, конечно, неприятная ситуация.

Это может быть началом состояния паранойи, ему нужно быть начеку.

51 *Какую грань ума может раскрывать музыка и может ли вообще?*

Я думаю, что музыка, с одной стороны, приносит очень глубокое расслабление — это больше касается классической музыки — или много энергии, как рэп. Музыка затрагивает различные аспекты ума, и ее можно для этого использовать. Только — как и все, что приносится в ум извне и не происходит благодаря силе ума и в медитации, — это, конечно, не остается навсегда. Действительно доверять стоит только тому, что вы можете делать в любое время, в любом месте и посредством силы самого ума. Музыка — это приятно, но она не может служить реальной опорой.

52 *Ты часто говоришь о знаках на теле. Являются ли знаком две макушки на голове? Что он означает?*

На самом деле у некоторых тулку — две макушки. Я заметил это, у довольно многих из них две. С другой стороны, нельзя делать выводы только на основе этого. Я думаю, что у меня всего одна макушка, но у меня есть некоторые другие знаки. Есть много

вещей, которые сами по себе ничего не значат, но в соединении с другими фактами начинают что-то означать. Конечно, важнее всего — поведение. Нет ничего важнее. Оно позволяет видеть, кто есть кто на самом деле.

53 *Что вы знаете о тибетской астрологии?*

Я думаю, что она очень точна. Старые ламы, такие как Лопен Цечу, во всем руководствуются астрологией. Если им нужно куда-то ехать в такой день, который неблагоприятен для отъезда, то за день до этого они перебираются в другую квартиру, другой дом, чтобы путешествие уже началось. А потом уже они поедут оттуда дальше.

Это одна из больших проблем, связанных со строительством элистинской ступы: Лопен Цечу должен решить, какие дни подходят для тех или иных действий. И он будет совершать эти действия только в эти дни.

Что касается меня, то я никогда это не учитываю. Я ожидаю, что Будды будут выполнять свою часть работы, если я буду работать достаточно упорно. Кроме того, мой гороскоп, очевидно, сделан из бетона и чугуна, и все идет хорошо.

54 *Что буддизм говорит о клонировании?*

Обычно мы говорили о четырех видах рождения: о рождении из тепла, из яйца, из чрева и о так называемом чудесном рождении. Теперь у нас есть также пятый вид рождения — в результате клонирования. Все, что я могу сказать.

Конечно, у продукта клонирования должна быть очень похожая карма с источником клонирования. Иначе не сработает.

55 *Как добиться уважения?*

Я знаю только один способ: работайте упорнее и делайте и говорите одно и то же. Не играйте в игры. Считайте свой ум прекрасным садом, в котором вы сажаете только чистые и красивые вещи. Находите свой собственный центр. Иногда думайте, что в центре вашей груди, на уровне сердца, находится Будда, который посылает свет существам и наполняет их радостью.

Самое главное — быть честными и не продавать себя из глупости.

56 *Как преодолеть чувство страха и сомнения на пути преобразования своего ума?*

Прежде всего нужно знать, что подобные ощущения естественны. Если вы не медитировали много в своей прошлой жизни, то подобные чувства вполне естественны. Во-вторых, нужно знать, что по мере того как вы будете дальше заниматься медитацией, эти чувства будут постепенно проходить. Конечно, если вы протираете зеркало, то вода, которую вы используете, будет некоторое время грязной, но после этого зеркало станет очень чистым.

Мы живем с безначальных времен, мы делали всевозможные вещи во всех этих жизнях, и, конечно, работа с умом не только приятна. Но в долгосрочном плане — нет альтернативы.

57 *Когда возникает дилемма, поступить так или иначе, как сделать выбор?*

Смотрите, что принесет пользу наибольшему числу людей как можно дальше в будущем. Если вы думаете о себе, то у вас есть проблемы; если вы думаете о других, то у вас есть задачи. Я бы всегда руководствовался тем, что приносит наибольшую пользу другим.

Это не только веселее, но и значительнее.

58 *Просьба рассказать о Шамбале.*

Шамбала иногда называется также «Шангри-ла». У этого есть как бы протонародный аспект, когда люди полагают, что Шамбала находится на противоположном склоне местной горы, — как, например, в западном Тибете. Там была очень высокоразвитая культура, и она, вероятно, является источником различной информации о Шамбале. Кроме того, в Алтайских горах в России, где у нас есть место для медитационного уединения, люди говорят о том, что их горы — это северные ворота в Шамбалу.

Некоторые школы полагают, что это — мир на противоположной стороне нашей галактики. Этому соответствует утверждение о том, что Шамбалу можно посетить умом, но нельзя посетить телом.

Важная особенность Шамбалы в том, что, когда произойдет большое столкновение между исламом и цивилизованным миром, в то время явится король Шамбалы. Он будет сражаться на стороне цивилизации, будет за нас, и нам удастся остановить ислам. Затем у нас будет столетие высокого уровня культуры, свободы женщин и так далее. Вот такая история.

Именем этого короля будет Король Железного Колеса. Есть много поучений об этом. Я — единственный белый человек, который может давать эту передачу — давать посвящение. Но пока жив мой собственный учитель, который дал это мне, я, конечно, не буду этого делать.

59 *Каковы взгляды буддизма на психические заболевания? Не считаете ли вы, что иногда это является следствием неправильной перестройки сознания или занятий без учителя?*

Мы говорим о четырех причинах безумия:

- первая — злоупотребление наркотиками и алкоголем в прошлых жизнях, в результате чего ум соединяется с неполноценным мозгом;
- во-вторых — та же причина может иметь место в этой жизни;
- в-третьих — шизофрения: это означает, что мы настолько ослабляем свой ум — ничему не радуемся, слоняемся без дела, — что в нашем теле могут поселиться другие энергии;
- в-четвертых — паранойя: мы вкладываем в ум так много негативных мыслей и чувств, что каждый раз, когда ум смотрит на себя, он не может это переварить. Тогда он стремится убежать во всевозможные странные ситуации.

Что касается занятий без учителя, — если у вас в общем хорошая мотивация, то они, скорее всего, просто не принесут вам большого развития. Для того чтобы учение причинило вам вред, у вас должна быть негативная мотивация. Если вы неправильно произносите мантру или неправильно дышите, это не делает вас сумасшедшим.

60 Кто такие наги?

Наги есть почти во всех шести мирах. Это очень сильные энергии, часто связанные со змеями. У них может и не быть твердого тела, которое мы могли бы воспринимать нашими органами чувств. Наги могут досаждают людям, вызывая кожные болезни и некоторые другие проблемы. Наверное, лучшее их определение — растревоженные, неспокойные энергии. Иногда они очень привязаны к определенным местам. Если вы копаете котлован для дома или производите какое-то большое изменение в природе, обычно хорошо закопать в землю несколько коробочек с полудрагоценными камнями, чтобы умиротворить местные энергии.

В двух из наших самых важных центров — в Польше и южной Германии — постоянно лопались водопроводные трубы и возникали всякие другие проблемы.

Я закопал там такие коробочки, сделал несколько пожеланий, и все прекратилось. Это было в Кухарах и в Щварценберге.

Это должен сделать ты или мы тоже можем?

Вы тоже можете.

А мантры какие-нибудь говорить?

Всегда хорошо говорить ОМ А ХУНГ. Это делает все безграничным. А в уме желайте, чтобы все энергии, потревоженные работой, которую вы делаете, были удовлетворены этими подарками. Там могут быть старые кольца, полудрагоценные камешки, и эти контейнеры нужно закопать по углам здания.

61 Как вы относитесь к высшей мере наказания?

Мне это не нравится.

Это слишком окончательно.

Некоторые люди очень опасны, и я могу понять, если их запрут в доме и выбросят ключ. То есть доктора, судьи и так далее могут вынести решение, что человек так опасен, что больше не должен появляться на улице. Но если у государства оказываются руки в крови, то это не хорошо для государства.

Я думаю, что больше всего людей казнят в Соединенных Штатах и Южной Африке. В США убивают много людей и иногда обнаруживают, что убили не того.

Итак, я бы не стал убивать людей. У государства должны быть чистые руки.

62 Являются ли болезни следствием наших негативных действий или мыслей?

На самом деле все происходит из ума. Если в уме много такого, с чем трудно работать, тогда он переносит груз своих впечатлений на тело, и тело заболевает. С другой стороны, это в большой степени обусловлено прошлыми жизнями. В этой жизни вы можете выбрать крепкое и здоровое тело или больное и неполноценное, и это определяется прошлыми действиями.

Итак, во-первых, есть ваша генетическая структура, выбранное вами тело. Во-вторых, конечно, есть то, что вы делаете в этой жизни. Даже если у вас очень здоровое тело, все же невротические узоры мыслей будут заставлять вас болеть. С другой стороны, если вы родились в нездоровом теле, но соблюдаете осторожность и думаете позитивно, и так далее, то у вас очень велики шансы избежать болезней. Когда люди

спрашивают меня, я всегда отвечаю: «У меня не хватает ни фантазии, ни времени на то, чтобы болеть». Нужно и то и другое. А если у вас этого нет, то вам приходится идти дальше. За эти 25 лет, на протяжении которых я давал поучения людям каждый день, я иногда с трудом заползал на свое сиденье и чуть с него не падал, но, по-моему, я не провалил ни одной лекции. Ни на один день я не позволял болезни оспавливать мою работу. С болезнью — как и со всем остальным: если протянуть ей палец, она откусит руку. И если вы продолжаете идти, даже не зная, куда в следующий раз поставить ногу, то, наверное, вы сможете идти дальше. Как бы то ни было, таков мой опыт. Я болел за эти 25 лет, но ни разу не отказался от запланированной лекции или поездки. Таким образом, есть также вопрос того, как много силы вы даете болезни.

С чем связаны болезни сердца?

Я не доктор и не очень много об этом знаю, но тибетцы говорят, что болезни слизи происходят из глупости, болезни тепла происходят из злости, а растревоженность внутренних энергий происходит из желания.

Они также говорят, что есть четыре разновидности болезней, к каждой из которых относится сто одна болезнь:

- в первом случае — вы все равно выздоравливаете;
- во втором случае — вы выздоравливаете при помощи верных лекарств;
- в третьем случае — вы выздоравливаете при помощи подходящей мантры;
- в четвертом — случае вы все равно умираете.

Но я знаю не намного больше этого. Я бы сказал, что проблемы сердца, вероятно, связаны с расстройством, разочарованием, неисполнением сокровенных желаний. Я думаю, что часто дело в этом.

63 *Является ли лень кармой?*

Да, лень дает результаты. Наиболее явно из одной жизни в следующую переносится уровень энергии. Если вы упорно работаете в этой жизни, то в своей следующей жизни вы будете поистине сильными — как бомба. А если вы все время думаете о том, на что вы не способны: «Это — слишком опасно; то — слишком трудно», — то в следующей жизни вы будете оловцем. Очень важно всегда думать о том, что можешь делать, о том, что хочешь делать. Я думаю, ты сказал бы так же, верно?

У вас очень хорошие вопросы. Сушая радость — отвечать на ваши вопросы.



Мешающие чувства

1 *Как работать с ревностью?*

Желайте тому, к кому вы ревнуете, так много того, из-за чего вы ревнуете, чтобы это улетело в космос. Чтобы это стало неограниченным. Чтобы вы больше не могли чувствовать никакой личной скованности.

Если вы что-то особенно любите, желайте этого всем. Тогда привязанность исчезнет, и вы всегда будете чувствовать себя богатыми.

2 *Как работать с недоверием человека, у которого оно принимает форму паранойи?*

Создайте дистанцию. Если его ум действительно становится нездоровым, просто уйдите — устраните причину. Начиная с определенного уровня, болезнь поддерживает сама себя. И, значит, единственное, что вы можете сделать, — это удалиться, не присутствовать.

Люди в гораздо меньшей степени руководствуются логикой, чем обычно кажется. Многие ходят с прекрасно расчесанными волосами, а несколькими

сантиметрами ниже царит полный хаос. Если люди не выдерживают небольшой нагрузки, если они странно себя ведут, — создайте дистанцию. То же касается центров. Если человек не умеет себя вести, не может думать о других, не способен воспринимать вещи немного нелично, то, наверное, можно оставить одного такого и всем о нем заботиться, но — не больше. А лучше пусть вообще их не будет. Им действительно подойдут другие уровни практики. Алмазный путь — это элита. Люди должны иметь какой-то стиль.

3 *Можете ли вы дать медитации или психотренинг для удаления агрессии?*

У нас есть то, что называется нёндра, и особенно вторая его часть, медитация на Алмазный Ум, направлена против злости и агрессии. Если же это внешняя агрессия по отношению к вам, то у нас есть призывание Черного Плаща, и вы можете это делать для себя. Но делайте что-то.

Наше счастье определяется наличием хороших впечатлений в уме. Везет нам или нет, появляются у нас друзья или не появляются, — все это обусловлено нашей кармой, то есть тем, какие впечатления, хранящиеся в нашем уме, созревают. Самый верный способ быть несчастным в будущем — испытывать злость. Избегайте злости, когда только можете. Это не здоровый вид тепла, как от нефти или угля; это подобно сжиганию своих денег, и это очень вредно.

Злость никогда не будет вашим другом. Вы даже не можете хорошо драться, когда вы разозлены. Чтобы хорошо драться, вы должны быть осознающими и внимательными. Мы в Дании говорим: «Маленькие

собаки лают, а большим это не нужно. Все ведь знают, что они большие». Мы также говорим, что сильному человеку никогда не приходится злиться, поскольку он просто делает то, что хочет. Слабые люди злятся, потому что не могут делать то, что хотят. Мы не очень уважаем злость в моей стране.

4 *При каких условиях мешающие чувства превращаются в мудрость? Я также не понимаю, почему они трансформируются именно в эти виды мудрости.*

Это философский вопрос, и я постараюсь уделить ему должное внимание, при этом сделав ответ не слишком длинным.

Прежде всего нужно понять саму природу мешающих чувств. Нам нужно понять, что наше видение является односторонним. Вот мы пришли сюда, и мы можем посчитать окна, измерить объем помещения и так далее. С другой стороны, если я спрошу вас о весе, цвете, запахе или размере вашего ума (те же самые вопросы я мог бы задать об этом помещении), то вы, наверное, увидите, что мы мало знаем о нашем уме. Это, на самом деле, довольно странно. Мы можем сравнить в этом смысле ум с глазом: он может видеть все снаружи, но не видит сам себя. И это — проблема.

Если бы ум мог видеть сам себя, он был бы бесстрашным, радостным и активно сочувствующим:

- бесстрашным — потому что он подобен пространству и, следовательно, неразрушим;
- радостным — потому что он так богат и столь многое может делать;
- добрым — потому, что ум не имеет границ, и мы видим, что все хотят счастья так же, как мы.

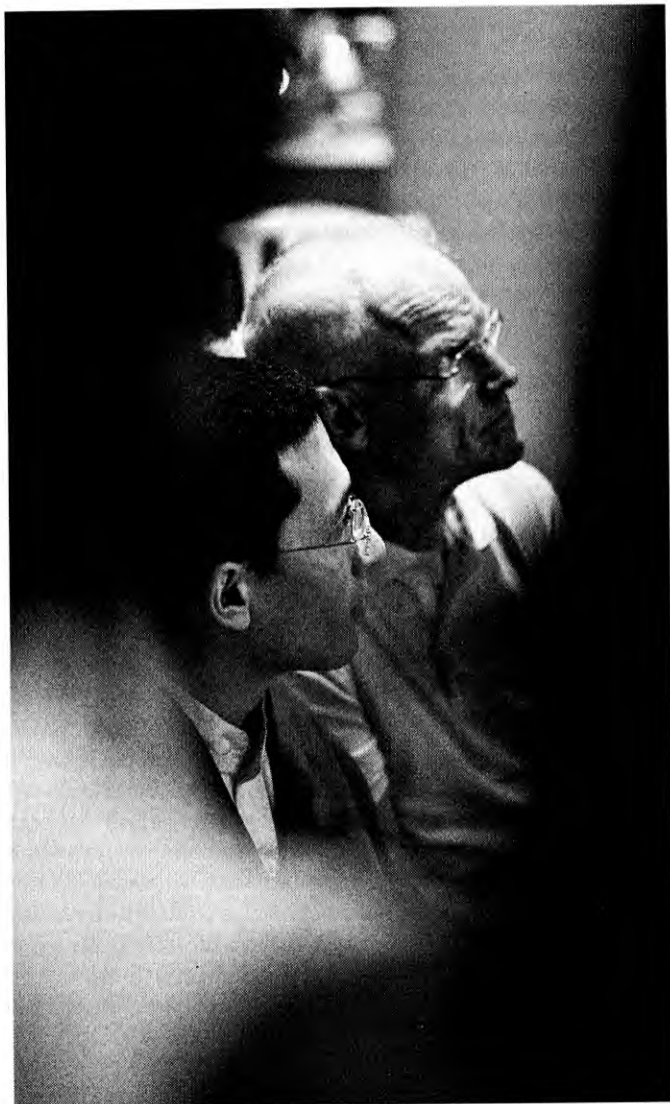
Эти три свойства присущи уму, они являются его истинной природой, и Просветление означает ощущать их все время. С другой стороны, пока это Просветление не достигнуто, ум, как я сказал, будет функционировать подобно глазу. В результате возникает раскол. Природа пространства ума — то, что сознает, — начинает думать «я», несмотря на то, что никакого «я» найти невозможно. Это лишь поток условий, которые ведут одно к другому. А существа снаружи — ясность ума — становится «вами», «другими», «теми людьми». Вследствие этого разделения между «мной» и «вами» появляются всевозможные мешающие чувства: привязанность, отвращение, жадность и так далее. Обычно мы не способны видеть, что эти чувства подобны плохой передаче по телевизору, и не обязательно на них смотреть. Несмотря на то, что они все время меняются, нам кажется, что они реальны, и под их влиянием мы что-то делаем и говорим. Впоследствии проявляется обратная связь: мы получаем результаты. Если мы действуем, находясь во власти негативных или тревожащих чувств, то мы получаем плохие результаты. Когда они к нам вернутся, мы уже забудем, что сами посеяли для этого семена, и подумаем, что это исходит от других. Мы опять будем делать, говорить и думать что-то вредное, и опять будем получать проблемы. Вот как это объясняется.

Мы считаем, что эти причины действуют от жизни к жизни. Когда мы умираем, впечатления, которые мы засеяли в ум, всплывают. Поскольку новых впечатлений извне не поступает, всплывает внутренний опыт. Мы будем переживать сначала различные вещи между этой жизнью и следующей. Затем, когда найдем новых родителей, мы, во-первых, получим от них гены, которые будут определять степень нашего физического здоровья, и, во-вторых, мы окажемся в определенной среде; и все это зависит от наших

предыдущих действий. Мы можем переродиться в приятном северном полушарии или таком ужасном месте, как Африка. В-третьих, у нас будут определенные тенденции. Они будут побуждать нас совершать какие-то действия, в результате чего в нашем уме будут откладываться новые впечатления, и они определяют нашу следующую жизнь. И эту цепочку мы должны стремиться разорвать, где только можем. Вот эту самую цепочку: неведение — плохие чувства — вредные действия — плохие результаты.

И здесь мы подошли к ответу на твой вопрос. На все можно смотреть с позиции крота или с позиции сокола. С позиции крота все кажется трудным и узким, а с позиции сокола — свободным и окруженным большим пространством. И твой ум будет постепенно переключаться с позиции крота на позицию сокола, если ты научишься не реагировать — видеть, как чувство возникает, играет и снова исчезает. В этом процессе ты будешь замечать, что там, где чувство возвращается в ум, возникает внезапное понимание, проникающее видение, какая-то перемена. Это подобно тому, что вы сжимаете угольную пыль и получаете алмазы. Вы бросаете семена в грязь и получаете цветок. Для того чтобы понять некоторые процессы такого преображения, наверное, нужно много медитировать. Но я постараюсь объяснить, как я это ощущаю сам. Например, я знаю это по рингу, из четырех лет занятий боксом. Я знаю, что спустя некоторое время совершенно ясно осознаешь, что ты должен делать, все остальное отпадает, и это — вовсе не лично. Ты ни о чем не думаешь, но точно знаешь, куда бить в какой момент, — как бы течешь в одном русле со всей ситуацией.

Кроме того, мне известно замечательное чувство, когда вдруг видишь все достоинства других людей — все хорошее, что они в себе содержат. Ты просто понимаешь, как это замечательно: если ты



классный — то это только один человек, а если все классные — то вся вселенная классная! Я это сильно прочувствовал много раз.

Когда растворяешь привязанность, стремление заполучить что-то для себя, внезапно ты можешь видеть все вещи.

Что касается ревности, то тут я мало что могу сказать. У меня этого никогда не было, никогда не имел с этим дела. Однако я видел, как другим людям удавалось желать тем, к кому они испытывали ревность, чего-то хорошего. Их ум становился очень широким.

Я также видел, как люди забывали о множестве разных идей и просто расслаблялись, и у них возникало интуитивное понимание.

Правильно ли я понял, что нужно сдерживать в себе мешающие чувства и только наблюдать за ними?

Да, не нужно действовать. Нужно знать, что если этого не было раньше, то его не будет и потом. То есть не реагируй на мешающее чувство.

Это не означает вообще не реагировать. Нужно стараться реагировать на основе мудрости. Например, если я увижу, что два грабителя отнимают что-то у старушки, я вмешаюсь и постараюсь их остановить. Но я не буду испытывать таких чувств, как злость, поскольку эта старушка, вероятно, украла что-то у них в прошлой жизни. Они неспроста встретились в такой обстановке. Таким образом, я постараюсь остановить негативное событие, но не стал бы в это вовлекаться, не действовал бы на основе негативных чувств. Если вы не злитесь, то ваши реакции очень точны, и люди это примут. Если же вы злитесь, то возникает множество помех.

Жизнь проходит, и хочется избавиться от мешающих чувств как можно скорее. Если просто их сдерживать, то они все равно есть.

Нужно удалять их причины. А причина — это думать, что ты отделен от других. Крепость неведения нужно атаковать многими способами и с разных сторон. Нужно останавливать то негативное, что его укрепляет, стараться ощущать единство с другими, посылать им добрые пожелания. Старайтесь осознавать, когда у вас есть мешающие чувства, не кормите их. Иногда можно над ними подшучивать: можно подумать, кто купил бы эту злость или эту ревность, которая у меня есть. Вы смотрите на разных людей, вспоминаете разных людей, и когда видите, что никто покупать не стал бы, то решаете, что эта вещь, видно, бесполезна, и выбрасываете. Вот такие простые штуки.

5 *Заметив, что человек начинает злиться, можно ли ему помочь?*

Да, постарайтесь его отвлечь. Попробуйте пошутить, рассказать анекдот, или напомните ему о чем-то таком, что ему приятно слышать, и так далее. Это лучше всего.

Покажите человеку, что у него есть больше странства, чем только для злости. Он не должен быть как собака Павлова, которая всегда реагирует на те или иные импульсы определенным образом — например, выделяет слюну, когда слышит звук колокольчика. У него действительно есть выбор: можно осмотреть ситуацию с разных сторон и действовать трезво.

6 *Считается, что одним из худших грехов является гордость. Не могли бы вы описать, что это такое? Сам я не понимаю.*

Это хуже, чем грех, это — препятствие. Послушай, вот ты смотришь вокруг и думаешь: «Я лучше всех этих людей. Я лучше, чем он, я лучше, чем она, и лучше, чем вон те». Что получается в результате? В результате ты оказываешься в плохой компании и не можешь, на самом деле, общаться со всеми этими людьми, которые не так хороши, как ты. Тебе придется создать систему проверки: кто немного получше, с кем еще можно как-то общаться, а кто хуже и с кем вообще не стоит иметь дело. И ты тогда станешь чопорным, одиноким и несчастным человеком. Но можно взять эту гордость и преобразовать ее — подумать: «Какие мы все замечательные! Посмотрите на мощь этих азиатских лиц, на русских, которые сюда приехали, — так много особенных людей!» Если я не исключаю, а включаю, тогда я всегда в превосходной компании и могу общаться и веселиться со всеми. Тогда все прекрасно. Видишь разницу? «Я лучше тебя» — вечное одиночество. «Мы все замечательны, мы всегда вместе» — вечная свежесть и прелесть.

7 *Насколько я понимаю, неведение лишено эмоциональной природы, это, скорее, что-то ментальное. Можете ли вы дать советы, как работать с ним напрямую в повседневной жизни?*

В общем, неведение — это центр, и оно выражается в виде таких различных мешающих чувств как:

- 1) злость — поскольку мы думаем, что мы отделены от других и они могут причинить нам боль;
- 2) гордость — поскольку мы думаем, что можем быть лучше других, несмотря на то, что нет «меня» и «тебя»;

- 3) привязанность — поскольку мы думаем, что нам чего-то не хватает, в то время как мы едины со всем;
- 4) ревность — потому что мы настолько невежественны, что не видим в пользе для других пользу также и для нас самих.

Легче всего добраться до центра, справляясь с мешающими эмоциями, которые вокруг. Но есть также и непосредственные способы.

- 1) Когда тебя окутывает облако неведения, произнеси звук ПЭЙ. Он поистине сотрясает здание запутанности и разбрасывает его кирпичики во всех направлениях;
- 2) можно также попробовать руководствоваться принципом «первая мысль — лучшая мысль». Вместо того чтобы позволять себе раздумья — «может, так, а может, так?» — ты просто остаешься здесь и сейчас, и — вперед. Если у тебя хорошая карма и вполне ясный ум, то больше чем в 51 % случаев так оно и будет: первая мысль лучшая мысль;
- 3) как бы зависать в пространстве в данное мгновение. Когда возникает запутанность, ты исчезаешь и оставляешь ее в одиночестве — так же, как ты снимаешь и оставляешь где-то куртку. И затем приступаешь заново к тому, что у тебя перед носом. Ты как бы возвращаешься в действительность, говоришь: «Вот что передо мной», и тогда не слишком много вещей будет за тобой увязываться;
- 4) хорошо также иметь умную книгу или записывать нужное на бумаге, сравнивая и сопоставляя. Если ты в чем-то не уверен, возьми энциклопедию, найди нужные статьи и — действуй дальше. Если «прояснить» различные вещи вокруг вашей проблемы, то обычно проблема разрешается сама и всякие иллюзии теряют смысл.

Вот некоторые советы.

Хорошо, что мы все это записываем. Мне редко выпадает возможность говорить такие вещи.

8 *Вы часто говорите о «пробывании за мыслями». Но иногда мысли не отвлекают и не привлекают ум, но больше мешает эмоциональный фон.*

Да, это верно. Значит, нужно проникать за этот эмоциональный фон. Тогда вы осознаете: «Сейчас я злюсь и поэтому подумываю о том, чтобы ударить его по башке». То есть вы как бы делаете шаг назад. Всегда возвращайтесь к нейтральной точке осознания.

У тебя хороший ум. Пожалуйста, развивайся дальше. Но я еще не закончил.

И нужно стараться делать это осознание богатым. То есть воспринимайте фантастичным тот факт, что вы можете злиться, запутываться, гордиться и ревновать. Это подобно способности вашего видеомагнитофона показывать самых диких и неуправляемых животных — вы можете совершенно ясно разглядывать тигров и львов. Всегда находите мирное место позади и думайте: «Вот, я вижу эту злость, осознаю ее». В центре урагана всегда тихо. Будьте этим тихим местом в центре, и пусть вокруг бушуют вихри.

Мы можем быть два метра ростом и носить на себе трактор с утра до вечера, но, какими бы большими и сильными мы ни были, это центральное место в нас — то пространство-ясность, откуда мы глядим наружу, — на самом деле женского свойства. И поэтому культуры, где плохо относятся к женщинам — всегда воюют. Они никогда не могут найти покоя,

потому что всегда бьют по тому единственному месту в центре, где могли бы найти покой. Каждый раз, когда они обижают, унижают или притесняют женщин, они разрушают эту возможность внутреннего покоя в себе. И войны у них не прекращаются. Мир — это отображение нашего ума. Если в уме есть злость, это будет проявляться.

9 *Вчера ты сказал, что клева ревности может существовать без какой-либо внешней поддержки.*

Она может долго существовать без какой-либо внешней поддержки, тогда как другие чувства сгорают. *Может, есть какие-то уровни ревности, которых просто не осознаешь?*

Да, это подсознательное чувство того, что вы не хотите, чтобы другим жилось лучше, чем вам. Вы не хотите, чтобы у них было то или это.

Ревность может быть целым мировоззрением.

- Коммунизм — это узаконенная ревность: никто не должен жить лучше других;
- а капитализм — это узаконенная жадность: каждый хочет получить больше всех.

10 *Когда ум устремляется к объекту желаний, возникает определенная энергия. Если не следовать желанию, то ум все время возвращается к этому объекту, и энергия накапливается. Можем ли мы как-то ее использовать?*

Ты не хочешь ей сказать о том, что ты ее любишь? Слишком трудно?

Это может быть все, что угодно, например, сигареты.

Что бы это ни было, я бы дарил все, что меня привлекает, в большом количестве всем существам. Я бы представлял себе, что весь мир курит сигары огромной длины и чувствует абсолютное удовлетворение. Или ездит на самых красивых машинах. Тогда можно думать: «Теперь у всех есть то, что им нужно», и не волноваться. Какие бы желания у тебя ни возникали, дари это всем существам и будь свободен от препятствий. Пусть это не будет никак связано с тобой. Тогда не исполнившиеся желания не будут к тебе прилипать. Это правда.

11 *Почему возникает чрезмерная стыдливость и как помочь другому и себе ее преодолеть?*

На самом деле у психологов есть свои идеи по поводу красного лица и чувства стыда. Они считают это рефлексом, побуждающим других вас заметить. Это подобно тому, как краснеет гребешок у петуха, когда он хочет что-нибудь сделать; в виде красного лица проявляется подсознательное желание того, чтобы вас заметили.

С другой стороны, как и в случае многих других человеческих реакций, это может сбивать нас с толку. Я думаю, что лучше всего в подобном случае считать так же, как я советую людям, которым предстоит экзамены: что вокруг вас — заговор, и все хотят, чтобы вы получили лучшие оценки. Вам нужно только приложить небольшое усилие, а с остальным вам помогут. Точно так же, когда человек краснеет, посоветуйте ему не робеть, посмотрите, на что он способен, — не смущайтесь сами. То же самое касается ситуаций, когда вам впервые приходится учить, и у вас мало

опыта. Лучше всего тогда думать: наполовину хороший учитель — это все-таки не отсутствие учителя. И стараться просто делать все, что в ваших силах. Опускать это с абсолютного уровня на практический и действовать так хорошо, как можете.

12 *Как наблюдать ум во время сильных эмоций, на что обращать внимание?*

Мы обычно работаем с мешающими чувствами на трех уровнях.

- На первом, самом простом уровне мы стараемся избегать опасных или трудных ситуаций. Может быть, в этом мало геройства, но это довольно полезно.
- На втором уровне мы знаем, что все непостоянно; что проблемы не было раньше, не будет позже, и в данный момент нет причин из-за нее беспокоиться. Кроме того, мы также стараемся развить сочувствие к существам, у которых жизнь похуже, чем у нас. Когда ко мне приходят люди и жалуются на те или иные проблемы, я говорю: «Надо же!» И затем я говорю: «Пожалуйста, на следующей неделе читай регулярно о том, как люди обращаются друг с другом в Африке. Потом приходи, расскажешь мне о своих проблемах». И через неделю человек приходит и говорит: «У меня нет проблем!» Развивая сочувствие к другим, мы забываем о каких-то своих вещах.
- Есть еще третий — высший уровень. Здесь мы впускаем вора в пустой дом. Мы не даем мешающему чувству никакой энергии, не оказываем никакого уважения. Мы не даем ему ничего. Вор заглядывает под ковер, в шкаф, но — ничего не находит, там пусто. Тогда он будет приходить все реже, а в конце и вовсе потеряет к нам интерес.

Итак три уровня работы с мешающими чувствами:

- 1) мы избегаем вовлекаться в ситуации, когда они могут возникать;
- 2) знаем, что мешающие чувства — преходящие и нереальные, и развиваем сочувствие к другим;
- 3) и, на высшем уровне, мы не даем мешающим чувствам никакой энергии, позволяем им исчезать за счет своей собственной силы.

13 *Как можно работать с болью? Можно ли из нее получить энергию, как из мешающих эмоций?*

Наверное, это зависит от близости к голове. С болью, которая близка к мозгу, работать трудно. Если же она дальше, то у нас больше шансов ее использовать. Это никогда не бывает приятной ситуацией, но можно найти момент полного, подобного алмазу, блестящего осознания в самой середине боли. А некоторые даже могут делать это в тех случаях, когда боль находится очень близко к мозгу. Я знал девушку, которая у зубного врача обходилась без наркоза. Каждый раз, когда боль становилась слишком сильной, она могла как бы нырять в нее и оказываться в состоянии совершенно ясного осознания. В этой жизни она не много медитировала, и это у нее из прошлых жизней.

14 *Как эффективно прогонять из ума состояния лени и оцепенения?*

Поселитесь напротив кладбища. Заглядывайте туда каждый день и думайте: «Вот, они все здесь лежат, а я не мог им помочь».

Это должно давать вам немного энергии.

Если же не дает, то думайте: «Скоро я там буду лежать, и лучше мне чему-нибудь научиться».

А если пхова есть?

Да, тогда это не так убедительно. Тогда используйте первое, думайте о других.

15 *Как быть с сентиментальностью?*

Нередко ее сложно отличить от сочувствия.

Сентиментальность больше основывается на глупости и клейких свойствах ума. Тогда человек все время в прошлом или в будущем... Особенность сочувствия в том, что ему даже не нужно знать, что оно сочувствие. Мы действуем, еще даже не успев подумать: «Я делаю что-то тебе». Если есть слишком много надежд, страхов и разных идей, то теряется свежесть и непосредственность.

16 *Гнев — тоже проявление ума. Почему тогда считается, что, когда он возникает, мы опускаемся с какого-то уровня?*

Потому что это очень болезненно, и большинство существ не являются великими философами и не говорят: «Посмотрите на это лучезарное состояние энергии». Вместо этого они страдают, это для них неприятно.

На самом деле это просто энергия. Но поскольку люди привязаны к тем или иным вещам, какие-то чувства им нравятся, какие-то — не нравятся, то это становится причиной страдания. На абсолютном уровне это — зеркальная мудрость, а на относительном — неприятная проблема.

17 *Как бороться с депрессией?*

Я думаю, что есть две разновидности депрессии: одна больше обусловлена телом, а другая больше обусловлена умом. Есть также тяжелые и поверхностные депрессии.

Попытайтесь наполнить свой организм энергией. У меня никогда не было депрессии, но многие люди подходили ко мне с этой проблемой. Так что я знаю, на что это похоже. Я бы заставлял свой организм переключиться на более высокую скорость.

Я также думаю, что нет ничего страшного в приеме лекарств, если только это не продолжается слишком долго. Тело в большой степени является машиной. У некоторых людей тело не производит литий и так далее, и это тоже приносит трудности. Конечно, буддисту я сказал бы медитировать.

Общий совет, который касается всех нас: действительно считать все приятное благословением, которым можно делиться с другими, а все трудное — очищением, освобождением ума от трудного материала.

Со всеми мешающими состояниями можно поступать по-разному.

- Часто, когда люди приходят ко мне и говорят, что у них проблема, я говорю: «Пожалуйста, поймите, что нам нужно установить здоровое соотношение. Почитайте газеты с международными новостями и особенное внимание уделите жизни женщин в исламе и тому, как люди обращаются друг с другом в Африке». После этого человек, как правило, приходит и заявляет, что его проблемы не такие уж неразрешимые.
- Еще один способ — понимать, что проблем не было раньше, не будет позже, а сейчас они все время меняются. Это тоже полезно.

• И третий, наверное, лучший способ — впускать вора в пустой дом.

Не давать чувству никакой энергии. Пусть оно идет своим ходом, а вы, не отрываясь, делаете то, что у вас перед носом.

18 *Какова разница между гневом к другим людям и гневом к самому себе?*

Разные объекты. Само чувство в обоих случаях — не очень разумно. Мы все совершаем ошибки больше потому, что мы глупы, чем потому, что мы плохие. И гнев здесь неуместен; более уместны мудрость, поучения, сочувствие.

В особенности злости нужно избегать, если у нас развивается сильный ум. Можно воевать, имея стрелковое оружие, но, имея атомные бомбы, нужно быть миролюбивым.

Я обычно говорю (например, в случае медленных водителей, которые загораживают дорогу): «Я с этим человеком провел десять минут, и это ужасно; но он сам с собой находится все время». Если у нас не возникает сочувствия в результате такого размышления, то у нас черствое сердце. Я бы избегал злости. Она создает блоки, все замораживает — она не конструктивна. Если хотите выиграть в схватке, разозлите своего соперника. Он тогда не будет знать, что делает, и вы его положите на лопатки. Злость нам не друг.

19 *Как научиться быть искренней с самой собой и с окружающими людьми, не бояться проявлять себя такой, какая есть, и не играть роль хорошей личности?*

По-моему, тебе нужно понять, что будет намного проще, если все будут честны. Я имею в виду «большую» честность. Можно иметь «глупую» честность, как у нас на Западе: люди выражают любое чувство, которое их посещает, если даже оно посещает их всего на пять минут. И, конечно, тогда все запутываются, каждый погружается во что-то свое, и люди становятся одиночками. Реагировать на любые мимолетные чувства — это просто диснейленд, это смешно. В этом нет реального смысла. Я бы посоветовал широкий вид честности, потому что иначе мы будем зря растрачивать свои жизни. Если вы настроены в общем доброжелательно к другим, если вы действительно стараетесь приучать себя желать им счастья, то вы можете и выражать свои различные чувства. Тогда, в общем, — да.

На пути Махамудры (это, наверное, единственное, чего я не коснулся вчера, так как и без того дал вам слишком много материала) есть четыре ступени.

- 1) «Однонаправленность». Здесь ум так полон хороших впечатлений, что ни в чем ниоткуда не нуждается.
- 2) «Отсутствие напускного». Это очень важно. Если все только играют в какие-то игры, то это — как цирк. В этом нет никакого смысла.
- 3) «Единый вкус». Здесь вы воспринимаете того, кто воспринимает, во всем что происходит, — видите зеркало за любой картинкой.
- 4) «Неусилие». Это означает, что все, что мы делаем для других, делается непринужденно и без усилий, как бы происходит само собой. Итак, честность, отсутствие напускного — это очень важно. Только не следует выражать все, что посещает вас на две минуты, — это всех будет сбивать с толку. Старайтесь выразить значительные и полезные вещи.

20 В книге «Глубина русского ума» вы говорите, что страх — это застарелая злость. Что это значит?

Это значит, что у вас в подсознании есть впечатления злости, и когда ваш ум смотрит на них, сталкивается с ними, то вы испытываете страх — вам это не нравится. Это можно сравнить с тем, что вы видите уродливую картинку в зеркале и стараетесь поскорее отвернуться. Вы, наверно, сможете удалить весь страх, если начнете думать: «Пусть у всех существ будет счастье; пусть все будет чудесным и замечательным». Если вы создадите такую сильную привычку в уме, то она удалит весь страх. Похоже, что наш способ обучения, наш способ работы очень полезен для удаления страха. Сотни моих учеников — и, по-моему, женщин среди них было не многим меньше, чем мужчин, — прыгали вместе со мной с парашютом с высоты 4 километров, и при этом была целая минута свободного падения. Мы также совершали прыжки с резиновой лентой — «банджи», с высоты 100 метров. Они говорят, что не испытывали страха, — скорее, было такое чувство, что пространство — это то, что они очень хорошо знают. Они чувствовали себя как дома, паря в пространстве. Похоже, что наша практика, практика буддийской медитации, очень быстро уменьшает страх. Мы совершаем эти прыжки каждый год после пховы в Германии — там неподалеку находятся небольшие аэродромы. Наверное, и вы ощущаете, что у вас стало меньше страха? Не так ли?

Как помочь обычным людям, которые обращаются с этой проблемой? Или, например, детям?

Может быть, стоит с ними поиграть. Вы говорите ребенку: «Вот здесь твой страх: подумай, кому

его можно продать?» Вы перечисляете разных людей и приходите к выводу, что его не получится продать никому. И вы говорите: «Наверное, от него нет никакой пользы. Я его выбрасываю».

Или пусть ребенок нарисует страх, как он его себе представляет. Потом можно надеть на него смешные очки, нарисовать причудливую бороду, покрасить каждый второй зуб в черный цвет — чтобы возникла дистанция, чтобы страх показался смешным. Чтобы люди не считали его чем-то реальным.



Взаимоотношения полов

1 *Мне все время не везет в любви,
и я никогда не встречаю взаимности.
Почему? Что мне нужно делать?*

Я бы думал, что я могу дать, а не что я хочу получить. Если ты будешь думать, что ты вообще можешь дать другим, кто-нибудь появится. Если ты будешь думать, что ты можешь получить, то люди, наверно, будут это чувствовать. Иногда посылай из своего сердца радужный свет существам, желай им счастья...

Возможно также, что ни у кого нет пока достаточно хорошей кармы, чтобы с тобой встретиться. А с умными и красивыми женщинами часто дело обстоит так, что они задумывали пожелания или давали обещания о том, чтобы оставаться свободными в будущем.

Всегда старайся помнить, что твой партнер — человек, он хочет счастья. Если будешь думать, что ты можешь дать, то ты всех будешь делать богатыми.

На самом деле, распределение ролей в России и на Западе довольно разное. В России у женщин все еще есть избыток тепла и энергии, потому что мужские

и женские роли немного больше разделены. В то время как на Западе мы в большой степени потеряли это, так как происходит слишком много соперничества между полами. Если записку с вопросом написала женщина, то этот мой совет был больше направлен к людям с западным стилем жизни. Если это русская женщина, то я бы сказал: «Дари свободу». Мы говорим в Дании: «Если вы кого-то любите, то всегда дарите свободу». И если к вам приходят опять, значит, все сходится, а если нет, то пусть будут счастливы где-нибудь еще. Не следует иметь во взаимоотношениях слишком много ожиданий, обещаний, слишком много прошлого и будущего. Это должно быть теплое и хорошее чувство здесь и сейчас, все должно являться наградой самому себе в каждое мгновение. Тогда будет настоящий рост.

2 *Если любящая семейная пара долгое время вместе и утратила свежесть сексуальных отношений; что бы вы посоветовали в этом случае?*

Если у вас есть дети, то при любых обстоятельствах постарайтесь сохранить основную семью и оставаться друзьями. Если у вас есть другие партнеры, постарайтесь создать то, что в других культурах называется «расширенная семья». Пусть новые партнеры тоже войдут в семью и поддерживают детей. Пусть происходит что-то хорошее. Просто идея о том, что один человек может владеть другим, — это, похоже, христианское изобретение.

Это не обусловлено природой. Эта система была людям «спущена сверху». Конечно, если люди очень любят друг друга, то им это кажется совершенно естественным. Но если любовь остывает и, однако, все

еще можно быть добрыми друзьями, то должна быть возможность заводить новых партнеров, не разрушая хороших отношений.

На самом деле, очень занятно взглянуть на мужскую и женскую ревность: мужчины ревнуют, главным образом, из-за физической близости, а женщина — из-за психической. Здесь есть интересные статистические данные.

3 *Считаете ли вы, что есть любовь, а есть похотливость, и это очень разные вещи?*

Есть здоровая и нездоровая любовь. Нездоровая любовь — зависима, поглощена прошлым или будущим, основана на надеждах и опасениях, удерживании и отталкивании, на обещаниях.

Второй вид любви — дающий. Здесь мы думаем о том, чтобы люди развивались, и здесь хорошо, чтобы в этом участвовали также гормоны. Я думаю, что не следует так ставить вопрос: любовь или похоть. Они взаимосвязаны. По-моему, вопрос в том, стараетесь вы давать или брать. Любовь без физического контакта, я думаю, слабее.

Мне всегда кажется, что в мире недостает любви. Я слишком часто поражаюсь, когда спрашиваю людей, с какой периодичностью они занимаются любовью, — это происходит так редко. Мне это вовсе не понятно.

Я вижу тело как инструмент для того, чтобы дарить любовь и радость другим. Но, конечно, это нездоровое явление, когда в основе лежит зависимость, настоящая потребность. Главное — дарить, приносить радость.

В общем, весь этот вопрос любви или похоти — это нездоровое влияние христианства. Христианство видит тело как нечто греховное и плохое, а это одна из тех вещей, с которыми я никогда не соглашаюсь.



Я всегда шучу над христианами, чтобы вы знали, что это не имеет ничего общего с нами. Буддист состоит из тела, речи и ума, и их нужно использовать для принесения счастья другим. Это все в основе своей чистое; тело — это храм света, полный качеств Будды. Мы видим мужской орган как алмаз, женский орган — как цветок лотоса; и то и другое наполнено энергиями мудрости и очень важно. Монашество в буддизме есть не потому, что тело греховно; просто при том уровне развития технологий, который был в прежние времена, невозможно было заниматься любовью, не рожая детей. А дети отнимают много времени, денег и энергии, и тогда труднее заниматься практикой буддизма.

Я хочу вам сказать вполне серьезно: если вы видите тело нечистым или плохим, то вы теряете все свои посвящения. Вы сами выходите вон из мандалы, поворачиваетесь спиной к Буддам. У нас нет никаких христианских штучек, здесь должно быть очень четкое разделение.

Это не означает, что мы должны устраивать оргии. Если людям нравится просто оставаться вместе в паре, или даже если кому-то хочется быть одному, это тоже возможно. У некоторых людей такая карма, что вступление в контакт затруднено. Есть также люди, которым природа не дала развитое чувство любви. В этом тоже нет ничего страшного. Как можно заставить кого-то быть спортсменом, если он этого не может? Но при любых обстоятельствах общий взгляд на тело должен быть таким, что это нечто прекрасное и в основе своей чистое.

4 *Оле, я гомосексуалист. В чем причина этого явления? Что я могу сделать, используя это состояние, для блага других существ?*

Что ж, если вы ищете партнера, то у нас есть группы в Германии, где женщины тяготеют к женщинам, а мужчины — к мужчинам. Если у вас здесь нет партнера и вы чувствуете себя одиноко, вы могли бы найти партнера там.

Причиной этого считается неприязнь к противоположному полу. Например, если в этой жизни я все время буду жаловаться на женщин, то я заблокирую свою собственную открытость к женщинам. Тогда возможно, что я буду держаться за ручку с мужчиной в своей следующей жизни. И наоборот. То есть если мы не любим противоположный пол, то нас отбрасывает к нашему собственному полу. Такие объяснения дает Будда. Это также может меняться в ходе жизни.

Если вы хотите знать мое мнение по этому поводу, то я не считаю это чем-то ужасно важным. Я не думаю, что сексуальная ориентация является решающим фактором в жизни. Это лишь один из многих факторов, составляющих человеческую личность. Если люди не чувствуют себя плохо и не причиняют никому вреда, то меня это мало интересует. Конечно, если они страдают, то они должны получить помощь, а иначе — пусть живут своей жизнью. Если они взрослые люди, не гонятся за детьми и так далее, то, по-моему, это не мое дело.

5 *Моя жена не практикует, хотя давно знает тебя и проходила пховы. Ее Прибежищем продолжают оставаться телевизор и дети. Был бы мой рост лучше с другим человеком?*

Как насчет плохой кармы сделать несчастными трех любящих тебя людей, если я решил уйти?

Не стоит уходить. Если ты даешь ей то, чего она хочет, то у тебя есть также дополнительная энергия, которую ты можешь использовать как-то иначе. Обычно есть смысл сохранять мир у домашнего очага.

Ту часть твоей энергии, которая ей не нужна, ты можешь вкладывать в центр, а она будет получать за это хорошую карму. Я думаю, что можно жить в семье, где только один человек занимается практикой. Проблема всегда возникает из-за того, что другие начинают ревновать, но, похоже, что в твоём случае это не так.

Просто у твоей жены не очень широкий ум. Если она не мешает твоей практике, то это даже весьма удобно, что она заботится о других вещах. Представляй ее рядом с собой во время медитации и посылай ей все хорошие энергии.

К тому же у вас двое детей.

Легче сохранить ситуацию.

6 *Согласны ли вы с мнением, что кармическая жена определяет характер мужа и может являться косвенной причиной его неудач?*

Я бы сказал — прямой причиной его радости. Но это зависит от тех связей, которые нас сводят, — от того, что мы делали вместе в прошлых жизнях, хорошие или вредные вещи. И то и другое будет нас сводить, в обеих ситуациях есть клей.

Если мы делали хорошие вещи, то мы будем встречаться счастливо и радостно и получать от этой встречи пользу, а если плохие — то мы будем встречаться, чтобы друг друга унижать и таскать за волосы, и эта встреча будет приносить нам неприятности.

Это одна из причин того, что вы всегда должны желать друг другу счастья, когда расстаетесь. Тогда вы либо больше не будете встречаться, либо будете встречаться как друзья. Если же вы расходитесь с плохими чувствами, то все, чему вы научились за время ваших взаимоотношений, замораживается, и вам нужно будет учиться этому заново со следующим партнером. А в следующей жизни вы тоже будете встречаться в трудных ситуациях, и это будет болезненно. Для того чтобы кто-то ушел из вашей жизни, если вы не можете жить вместе счастливо здесь и сейчас, просто желайте ему чего-нибудь хорошего, но вдали от вас. В следующий раз тогда не будет никаких долгов.

7 *После развода с мужем моя сестра впала в депрессию, стала пить. Она приносит много проблем своими запоями близким и родным. Чем я могу ей помочь?*

Вы знаете мужчину, которому ваша сестра нравилась, которого вы могли бы с ней познакомить? Это мне кажется наиболее эффективным решением проблемы надолго.

Алкоголь — это большая проблема в северных странах. Чем меньше люди видят солнце, тем больше им хочется пить. Но на самом деле людям недостает вещества по названию допамин, которое производится в мозге. В таких странах, как Финляндия и Швеция, применяется специальное лечение: люди носят шапки, которые излучают много света им в глаза. Или работают в таких местах, где много света. Благодаря свету производится этот допамин, и людей в меньшей степени преследует неудовлетворенность. Попробуйте что-то в этом роде или обратитесь в службу анонимной помощи алкоголикам — они делают хорошую работу.

Но опять-таки лучший совет, который я могу дать: делайте вместе с ней медитацию Три Света, и постепенно она начнет чувствовать себя лучше и сможет взять себя в руки. Скажите ей, что она все равно потянула бы мужа: либо он умер бы первым, либо она.

Ей нужно находить силу самой, она не должна зависеть в этом от других. Мы всегда говорим, что единственное Прибежище — это Будда, и не как личность или бог, но как Ясный свет нашего собственного ума.

8 *Есть теория о том, что запах играет большую роль в отношениях мужчины и женщины. В Канаде есть места, где запрещено пользоваться духами с резким запахом. Есть даже такая поговорка: «Я тебя не переношу на дух». Действительно ли это так?*

Я думаю, что химия очень важна. Я думаю, что подсознательно мы опознаем своих партнеров по запаху. По-моему, большинство здоровых тел, если их регулярно мыть, пахнут приятно. Если человек болен или принимает душ реже, чем раз в два дня, тогда это неприятно. Все стремятся отпрянуть от запаха болезни.

Кстати, Бхагаван Раджниш был очень чувствителен на запахи. С каждой стороны стояло по два человека с большими носами, которые обнюхивали всех, кто к нему шел. Они не пускали никого, кто пользовался духами или мылом с резким запахом.

Кто такой Бхагаван?

Бхагаван Раджниш — индуистский гуру. Предполагается, что ближе к концу своей жизни он взял себе японское имя «Ошо». Он требовал, чтобы все проверялось на запах.

У вас тоже большой симпатичный нос — очевидно, это важный момент для вас. Но не делайте Раджниша своим учителем только потому, что у него была аллергия на запахи. Я просто привел его в пример.

9 *Как совмещается отсутствие привязанности и наличие постоянного партнера?*

Думайте о его счастье. Когда ложитесь с кем-нибудь в постель, делайте это с желанием доставить радость этой женщине или этому мужчине. Тогда будет здорово. А если вы только надеетесь сами почувствовать что-то хорошее, то это обычное явление.

Считайте тело, речь и ум инструментами для того, чтобы делать счастливыми других. Тогда тело, речь и ум будут иметь реальную ценность. Существ — бесчисленное множество. Если вы думаете только о собственном счастье, то это незначительно, так как вы только одни. Будьте сильными, будьте щедрыми, уделяйте внимание другим — это лучшее, что вы можете делать.

10 *С вашей точки зрения, сохраняется ли любовь между двумя существами, если они идут в разных направлениях? Говорят, что любовь — это сила, уходящая, если люди не идут к богу? Что есть любовь для вас?*

У нас есть несколько случаев, когда один из партнеров христианин, а другой — буддист. Пока они любят друг друга и чувствуют, что они не отделяют друг друга от того, что у них есть, это работает. Но этих случаев очень немного. Нет ничего важнее, чудеснее

нашего мировоззрения, и если мы не можем этим делиться с близкими людьми, то это — потеря.

Что касается моего понимания любви, то я считаю, что есть два вида любви.

- Первый вид — это нездоровая любовь. Она связана с надеждами и опасениями, с «завтра и вчера», с привязанностью и ревностью. Мы заставляем партнера что-то нам обещать, чтобы он был скован в своих действиях в будущем. В этом явно нет ничего полезного. Это обедняет обоих, и в отношениях теряется чувство того, что мы просто друг другу что-то дарим.
- Второй вид любви — чудесен, он всех обогащает. Это — дающая любовь: когда мы естественным образом делимся.

И в данном случае это прямой взаимообмен. У этого второго вида любви есть еще одна сторона — сочувствие. Тот, кто имеет больше, — естественно и с радостью это дарит, поскольку это — хорошо.

Далее — сопричастная радость. Это означает, что мы радуемся хорошим событиям где-то, если даже они не связаны непосредственно с нами. Например, мы узнаем, что какой-то бедной стране в Африке удалось понизить уровень рождаемости, делаем вывод, что меньше людей будет страдать от голода, и — радуемся.

Наконец, есть то, что называется равносностью. Это знание того, что у каждого есть природа Будды. Это означает, что даже у самых злых преступников — Мао Цзэдуна, Сталина, Гитлера, Полпота, Хомейни и так далее — за болезненными картинками ума все же есть некое ясное пространство, дающее возможность познания и развития. Итак, любовь, сочувствие, сопричастная радость и равносность — это чудесные чувства. Пусть у вас будут они, а не первый вид любви.

11 *Дорогой Оле, многие женщины подвергаются физическому и психологическому насилию в семье. Что делать?*

Я думаю, избивение жен — это самый низкий вид спорта в мире. Он не включен в Олимпийские игры и не разрешен нигде. Худший вид спорта.

Если муж ударяется в драмы, всегда говорите: «Твое выступление так замечательно! Тебе нужно приберечь эти выступления для более широкой аудитории, которая поистине сможет насладиться силой твоих чувств и их проявлением. Мы с детьми мало понимаем в глубоком искусстве — так давай позовем соседей и покажем им, что ты можешь делать». Что-нибудь в этом роде.

Такие чувства должны вызывать хороший смех. Но вы должны также всегда помнить, что это поведение является признаком слабости человека. Сильного человека не нужно никого бить, ему не нужно ничего доказывать, он находится в собственном центре и силен таким, как есть. Сильный человек будет драться разве что во время занятий спортом, и в этом случае оба соперника будут иметь боксерские перчатки, раунды будут длиться три минуты, и будет также судья. Кроме того, они будут принадлежать к одной весовой категории.

Итак, во-первых, нужно понять, что такое поведение является признаком того, что мужчина не чувствует себя сильным. Но есть и другое. Русский язык, особенно когда на нем говорит женщина, это прекрасная поэзия звука; у вас есть чрезвычайно ясные звуки в широком спектре выражения. Однако если ваш друг не может воспринимать ваши слова как мантру, если они обижают его или тревожат, тогда... Я думаю, во многих культурах мира говорят, что женщины причиняют боль языком, а мужчины

причиняют боль руками. Так что старайтесь с самого начала понимать, что вы не молодеете, вы — стареете, и никто не вернет вам времени, которое вы сейчас тратите зря.

Мир очень большой, и он может здорово стиснуть вас обоих. Так что старайтесь стоять спиной к спине в трудностях и идти рядом, если движетесь вперед. Делая больно своему партнеру, вы причиняете боль самому себе. Всегда старайтесь установить и поддерживать уровень взаимодействия. Румба, которую исполняют крестьяне в конюшне, и менуэт, исполняемый аристократами в стеклянном дворце, — и то и другое танец, но различаются уровни. Старайтесь всегда повышать уровень того, что происходит. Находите возможности, находите то, что имеет смысл, и направляйте энергию туда.

Если же в этом замешан алкоголь и мужчина вас бьет — я бы ушел. Просто ушел бы. Я бы с этим не стал мириться. Если дело в алкоголе, то мужчина должен понять, что он болен, и лечиться. А если он вас бьет, то это значит, что он опускает уровень вашего контакта недопустимо низко; о чем вы после этого сможете с ним разговаривать? С другой стороны, если у вас есть дети, то это, конечно, усложняет дело. Но я бы ушел от мужчины, который является алкоголиком и дерется, это — точно. Это датское мышление.

12 *Несмотря на то, что есть любимая девушка, все равно тянет к общению с другими девушками, и порой к близкому общению. Это инстинкт, но также и проблема. Не хочется делать больно близкому человеку.*

Я думаю, что это вполне обычная ситуация. Во-первых, с точки зрения кармы мы были вместе

со многими существами во многих жизнях, и, конечно, есть много разных людей, которые нас привлекают. Разумеется, для семьи, для общества и для всех легче, если функционирует простая формула один плюс один, но, с другой стороны, люди очень разные.

В таких буддийских обществах, как Тибет, часто у одной женщины было несколько мужчин, а в таких буддийских обществах, как Бутан, часто у одного мужчины несколько женщин. Наверное, это каждый должен выяснять сам для себя: как много ревности есть во взаимоотношениях, как устроены умы друг друга...

Невмешательство в наши спальни относится к тем вещам, за которые я больше всего благодарен Будде. Потому что в этой области нельзя однозначно сказать, что правильно. Единственное, против чего высказывается Будда, — это опасность для генофонда, кровосмешение. И, конечно, он также говорит, что это отлично, если один человек может быть с одним.

В любом случае, если взять такой практический случай, как твой, — я бы постарался мысленно соединить всех девушек, которые тебе нравятся, с той, которая с тобой, и видеть в ней великий женский принцип, пространство и вдохновение вселенной, и лишь в меньшей степени — ограниченную личность. Тогда, я думаю, она сможет давать тебе все то, что привлекает тебя в других. То есть, если они возникают в твоём уме, пусть они растворяются, как радуги, вливаются в нее, и ты тогда сможешь видеть ее как выражение их всех.

По большому счету мы все должны понимать, что мы рождаемся в одиночку, умираем в одиночку, а в промежутке, по мере возможности, идем в течение нескольких хороших лет рядом с другими. Будь так добр, как можешь.

13 *Оле, я веду программу «Полчаса без мужчин», и в этой программе мы решаем с женщинами, что делать с мужчинами дальше и как вообще дальше жить. Мужчины в этой программе появляются очень редко, но если появляются, то это такие мужчины! Вы к их числу относитесь, за что я вам благодарна.*

У вас есть характеристика мужчин, там четыре типа, насколько я поняла. Можно поподробнее нашим телезрительницам о них рассказать? Что это за типы, и какой из них наиболее близок вам?

- Первый тип — это такие веселые люди, от которых веет покоем, и они имеют обычно тенденцию приобретать форму груши, поскольку проводят довольно много времени за столом, поглощая пищу или рассказывая разные истории.
- Второй тип — увеличивающий. Они всегда связывают людей, покупают здесь и продают там и выглядят как мыши, бегающие повсюду. Они все время висят на телефоне, делают то и это, организуют разные вещи и, как правило, не набирают большой вес, и у них тоньше кости.
- Третий тип — очаровывающий. Они всегда лучше всех одеты, точно знают, как нужно стоять, как нужно преподносить себя, и могут иметь внутреннюю жизнь, а могут и не иметь. И если вы женщина, то вам нужно некоторое время понаблюдать и не сразу решаться идти на сближение с ними.
- Четвертый тип — защитников. Вы всегда можете на них рассчитывать. Они могут не всегда быть одеты по последней моде, но они будут стоять

и защищать вас, даже когда все остальные убежали. У них есть качество прочности — вы можете на них рассчитывать, они не меняются все время.

Я провожу все четыре активности, поскольку я лама и учу людей посредством разных способов. Но лучше всего у меня получается защита. Мне больше всего нравятся опасности и трудности, и я не очень хороший организатор, слишком забывчив. У меня есть друзья, которые занимаются организацией.

Это описание соответствует распределению типов мужчин на Западе. В России второй тип — тип организаторов, новых бизнесменов — и четвертый тип, защитников, очень часто похожи. Поскольку вы находитесь в начале строительства нового общества, то защитники и бизнесмены здесь часто — одни и те же люди.

14 *Как быть в ситуации, когда находишься под каблуком у женщины?*

Это не хорошо ни для кого, также и для самой женщины.

Женщина устроена так, что для нее естественно быть неподвижным центром. У нее плечи и бедра примерно на одном уровне, и ей хорошо сидится, легко оставаться на одном месте.

У мужчины плечи шире, и приходится много веса на небольшое число кубических сантиметров. Мужчины должны двигаться, что-то делать. Они должны приходить к центру за вдохновением и затем идти и что-то делать — это будет естественно.

Итак, если женщина пытается сесть тебе на голову, скажи ей, что с биологической точки зрения это понятно — может быть, она в таком возрасте, когда ей хочется заботиться о детях. Но ей не будет никакой

пользы от того, что она сделает тебя ребенком. Это не хорошо ни для тебя, ни для нее. Если ты хочешь оставаться с ней, то, может быть, пусть она родит от тебя ребенка. Но не становись сам ее ребенком. Скажи ей так. Вообще, если вы видите, что в ситуации возникает какая-то скованность, вы можете открыто говорить об этом: «Послушай, посмотри на то, посмотри на это. Похоже, что это не полезно ни для кого из нас. Давай эти вещи изменим».

Конечно, люди сходятся в разных ролях. Мужчина может быть в основном:

- 1) отцом — потому что он большой и способен защитить;
- 2) братом — потому что он все время что-то пробует, и с ним не скучно;
- 3) сыном — потому что он все время учится;
- 4) или любовником.

Но в любом случае все должно течь естественно.

15 *Что вы думаете о мастурбации?*

Что ж, сам я ее не практикую, так как всегда нахожусь в хорошей компании.

Если альтернативой было бы насилие или попадание в дурацкую ситуацию, то, я думаю, это может быть некоторым образом полезно. На самом деле мир полон одиноких людей, и в этом не должно быть нужды. Веселее будет с кем-нибудь объединиться. Это также лучший стиль.

16 *В одном из текстов Гампопы я прочитала, что оральная секс относится к негативным действиям. Скажите, так ли это?*

Это зависит главным образом от уровня гигиены в обществе. В Тибете люди часто не принимали душ или не мылись как следует неделями или месяцами, и в этом случае, наверное, хорошей идеей было воздерживаться от орального секса. Но это не так в том случае, если люди принимают душ каждый день, как мы. Если вы делаете то, что доставляет радость вашему партнеру, что может быть в этом неправильного? Я думаю, что это действительно связано с гигиеной.

Можно даже прославиться, как Клинтон.

17 *Как вернуть любимого человека?*

Есть ли у вас какие-нибудь методы на этот счет? Не хочется прибегать к колдовству. Извините, если вопрос глупый.

Пытаться вернуть ситуацию — все равно, что пытаться вернуть воду в реке, которая уже утекла. Единственный способ устроить так, чтобы он вернулся, — это сделать себя такими сильными и красивыми, чтобы это его привлекло. Вы никогда не сможете ничего сделать из слабой ситуации, прося и умоляя, — тогда только теряешь лицо.

Жизнь — трудная игра. Если однажды люди теряют к вам уважение, потом бывает очень сложно. Делайте себя сильными, делайте себя привлекательными. Доверяйте себе. Когда вы будете сильны, к вам захотят вернуться. Все остальные методы не работают. Таков мой опыт.

18 *Считается ли в буддизме, что женщина должна идти по пути к совершенству наравне с мужчиной?*

Большинство моих женщин были умнее и лучше меня, а я обычно радостнее. Женщины — помнят, мужчины — забывают. Но вообще у женщин фантастические качества, и они обладают огромной силой для Просветления. В начале пути женщинам наверняка легче, чем мужчинам. Обычно учителя — мужчины, и женщины могут многому учиться, просто влюбляясь в них; это быстрый способ усвоения материала. Их роль в жизни отличается большей добротой и терпимостью. Они очень хорошо развиваются, пока не доходят до того момента, когда возникают весьма тонкие виды привязанности. И здесь велика вероятность остановки.

Мужчинам труднее в начале. Они склонны соревноваться, им всегда нужно убедиться, что у учителя все в порядке. У них больше злости, чем у женщин, в то время как у женщин больше желания. Нередко трудности продолжаются довольно долго — до тех пор, пока не обнаруживается, что глубоко внутри мужчина всегда оставался ребенком. В последний момент он просто может начать разбрасывать все во всех направлениях, как ребенок разбрасывает игрушки, и в этом — его сила.

Поэтому я всегда поистине счастлив, когда мои ученики, мужчины и женщины, соединяются в пары. Я всегда советую им это делать, поскольку мы нужны друг другу. Если мы можем идти друг к другу как к храму, дарить все и делиться всем, чем можем, возникает очень много счастья и жизнь становится замечательной. Чем больше мы дарим, тем мы богаче; чем больше мы ожидаем, тем беднее становимся.

В нашей линии передачи есть много просветленных женщин. В трех старых школах тибетского буддизма, Ньингма, Сакья и Кагью — в так называемых школах красных шапок — женщины могут делать очень много. Общение здесь неформально, оно напоминает собрание вокруг костра. В то время как

в реформированной «школе желтых шапок», придерживаясь безбрачия школе Гелугпа, существует иерархия и строгая организация, и, если женщины попадают в эту обстановку, это их губит.

Расскажу вам смешную историю. Когда мы начали работать здесь, в конце 80-х годов, везде все еще можно было видеть плакаты с героями производства, Героями Советского Союза и всякими другими героями. Я всегда хотел сфотографироваться с этими героями, со своей большой капиталистической ухмылкой. Такая возможность наконец выдалась в Красноярске. И после того, как меня сфотографировали в моей русской военной шапке на фоне героев во всех направлениях, я присмотрелся к своим «коллегам» на картине. Я надел очки и присмотрелся еще лучше, и тут оказалось, что половина товарищей были дамами. Этого даже не было видно: они стали такими же кубическими и заостренными, как мужчины. Такой вид организации вреден для женщин. Полезен «округлый» вид, но не иерархический. Он разрушает их живой дух. Не одевайте женщин в униформу, это хуже всего.

19 *Сейчас весна. Расскажите о таком актуальном в эту пору проявлении любви, как секс. Как к нему относится буддизм?*

У Будды было пятьсот подруг до того, как он ушел медитировать. Впоследствии, правда, многие буддисты принимали монашество, поскольку не было возможности заниматься любовью, не рождая детей, а дети отнимали много времени. Сейчас можно контролировать количество рождающихся детей, и необходимость безбрачия уменьшается. Среди моих учеников нет монахов, есть только миряне и йоги.

Мы считаем свое тело инструментом для того, чтобы дарить счастье нашим партнерам. Мы считаем мужской орган алмазом, женский — цветком лотоса, видим все тело как храм света и стараемся приносить как можно больше счастья нашему партнеру. Мы стараемся дать ему почувствовать свою любовь, свое желание дать что-то хорошее и так далее. Фокус в том, что всегда нужно находить равновесие между пространством и блаженством. Если слишком много блаженства, то это превращается в пять или пятнадцать минут борьбы в вольном стиле. А если слишком много пространства, то ничего не происходит.

Занятия любовью должны быть подобны великому посвящению. Здесь соединяются женская мудрость и мужская активность.

Затем нам нужно благословлять весь мир этим чувством, излучать наше счастье на весь мир.

20 *Как буддизм относится к сексу? Должен ли секс быть только в браке?*

Будда не вмешивается в то, чем мы занимаемся в наших спальнях, и это одна из самых чудесных его черт. Невозможно найти четкие правила для столь многообразного явления, как сексуальная жизнь людей.

В Тибете часто у женщины было много мужчин, в других странах — наоборот. Конечно, для общества легко, когда два человека остаются друг с другом, — тогда есть также кому заботиться о детях, и так далее. Но мы все являемся продуктами бесчисленного числа жизней, и у нас есть связь с бесчисленным количеством существ. Будда не рекомендует кровосмешение, поскольку это плохо в генетическом плане.

И, конечно, для общества легко, когда мужчина и женщина имеют карму оставаться друг с другом и у них рождаются хорошие дети, которые поддерживают общество. Но для вас важно то, что хорошо работает в вашем случае.

Старайтесь причинять как можно меньше страдания другим. Если можете, старайтесь не разрывать отношения других людей. Не разбивайте сердца без причины. Не давайте обещаний, которые не сдержите. И уважайте своих партнеров. А если у вас есть дети, то вы больше не свободны. Вы тогда должны позаботиться о них.

Вот мои общие советы в плане секса. Но вы можете найти других буддийских учителей, которые имеют какое-то другое понимание. Таков мой взгляд на эти вещи.

21 *Как найти партнера, который подходит вам по природе?*

Трудность в отыскании партнеров заключается в том, что и хорошие, и плохие действия содержат в себе клей. Если мы в прошлой жизни делали что-то хорошее вместе, то это позволит нам встретиться; а если мы делали вместе что-то вредное, это тоже нас сведет.

Когда вы с кем-то общаетесь, постарайтесь посмотреть, какие всплывают чувства. Например, какая атмосфера образуется вокруг нас — хорошо ли людям, счастливы они или не счастливы. Часто сильное влечение не позволяет нам заглянуть внутрь себя — мы только и видим, как привлекательно тело партнера и как приятна любовь. И — все чудесно. Но, может быть, легче посмотреть вокруг: что говорят наши друзья, рады ли за нас люди, говорят ли они,

что это выглядит хорошо, и так далее. И, наверное, если люди чувствуют себя хорошо, то у вас хорошая связь, а если у всех возникает беспокойство, то вас, видимо, свело что-то вредное. Я бы обратил внимание на реакцию окружающих людей. Я бы не стал обещать больше, чем действительно смог бы, как мне кажется, дать. И несмотря на то, что, по-моему, России нужно немного больше россиян, я не стал бы заводить детей, пока не убедился бы, что у вас будет все хорошо вместе.

22 *В даосизме есть специальные сексуальные практики. Есть ли такие в буддизме?*

Да, но у них другая цель. Практики даосизма связаны с продлением жизни. Но я здоровый крепкий датчанин, не худой китаец, я всегда немного смеюсь над этим. Я всегда думаю, что есть мало резона в том, чтобы удерживать сперму в свои лучшие годы, для того чтобы прожить дольше потом, когда ты уже старый и трясущийся. Мне даже нравится шокировать даосистов — говорить им, что мне сейчас 57 лет и я все равно занимаюсь любовью каждую ночь. Они говорят тогда: «Да вы уже должны быть мертвы!» Я никак не вписываюсь в их систему.

Итак, я вижу не особенно много смысла в том, чтобы слишком усердно пытаться продлить свою жизнь. Конечно, плохо, если мы умрем и переродимся в Африке. Но если мы ведем себя хорошо и соответственно переродимся в Дании, Германии или здесь, то мы будем располагать всем потенциалом человеческой жизни. Мне кажется, что есть все основания наслаждаться жизнью, пока мы живы, и не впадать в какой-то фанатизм.

Целью буддийских сексуальных практик является соединение блаженства и пространства. Каждое занятие любовью должно быть подобно великому посвящению, и нужно затем распространять эту радость в мире и передавать ее всем. Блаженство и пространство должны быть уравновешены. Мы все знаем, что если есть слишком много блаженства, то это — пятнадцать минут борьбы в вольном стиле. И мы все знаем, что если есть слишком много пространства осознания, то в реальности мало что происходит, особенно в эмоциональном плане. Итак, соединение этих двух факторов. Высшее блаженство не является личностным; это свечение пространства, оно потенциально содержит в себе все.

Здесь не так важно удерживать сперму, как в даосизме. Ведь чаще всего она попадает в мочевого пузырь и все равно потом выходит. Дело здесь — в чувстве того, что ты ничего не теряешь; в понимании того, что занятие любовью подобно подарку всем Буддам-женщинам или всем Буддам-мужчинам. Конечно, если йогин живет в пещере, получает пять грамм белков в неделю и тратит пятьдесят грамм на свою подругу, то спустя некоторое время это плохо скажется на его здоровье. С другой стороны, большинство людей сегодня умирает от излишнего количества жира вокруг сердца. У них перестают гнуться суставы, потому что они потребляют слишком много белков и соли. Итак, проблема здесь не во внутренних соках, а в психическом настрое.

В этом смысле у людей очень разная карма. Есть люди, у которых ум устроен так, что им кажется, будто они что-то теряют. Им лучше принять монашество: заморозить этот аспект жизни, чтобы он не представлял из себя проблемы. Во-вторых, есть подход мирян, и здесь мы советуем думать о своем теле как об инструменте, приносящем счастье своим

партнерам. Это — отношение Бодхисаттвы: мы стараемся дарить счастье и радость тем, кто нам близок. И есть также уровень йогов. И здесь, как я уже сказал, главное — это блаженство и пространство.

Есть методы, позволяющие опускать энергию вниз, в точку соприкосновения, соединять мужскую сущность и женскую сущность и распространять их по своим различным энергетическим колесам. Таким способом можно достичь Просветления. Это называется «третье посвящение».

- Первое посвящение — это посвящение в энергоформы, которые называются «Йидами»;
- второе — это посвящение, связанное с глубоким дыханием, тумо, пховой, — посвящение в так называемые Шесть поучений Наропы;
- и третье посвящение — в медитацию союза с партнером. Здесь вы учитесь распространять энергию и блаженство по всему своему телу.

Возможно, что мы с женой — единственные западные люди, которые имеют эти поучения. Но, несмотря на то, что мы любим друг друга и очень счастливы вместе, у нас даже не нашлось времени для того, чтобы полностью делать эту практику. Здесь необходимо создать целую мандалу, целое энергополе; нужно оставаться в уединении и сохранять полное осознание внешней, внутренней и тайной мандалы. На это попросту уходит много времени, а в последние 25 лет я почти каждый день перемещаюсь из города в город. Наверное, наибольшую пользу людям будут приносить поучения Великой печати, или Махамудры. Их можно практиковать в повседневной жизни, и это не может стать для вас помехой.

Итак — да, у нас есть сексуальные практики. Они есть также у индуистов. Разница заключается во взгляде на то, чего мы хотим при помощи этих практик достичь.

И, конечно, эти поучения секретны. Как бы то ни было, книжные магазины полны секретных поучений. Значит, я должен постараться сказать столько, чтобы, с одной стороны, вы не начали практиковать то, к чему не готовы, а с другой стороны, чтобы у вас не появлялось неправильных взглядов. То есть в каждом случае мне нужно иметь представление о том, что вы могли слышать или читать раньше, как это могло интерпретироваться, и так далее.

Я знаю Дэниела Рида и других людей, которые дают даосистские поучения, пишут книги и которые перевели несколько древних текстов. Но люди больше говорят, чем достигают в этом мастерства, — это поистине трудная практика. В то время как идея принести пользу другим, доставить радость нашим партнерам, похоже, применима для всех.

23 *Какой принцип: один партнер или их может быть несколько?*

Это зависит от очень многих факторов. Во-первых, это зависит от кармы: с кем вам легко живется вместе, с кем у вас есть хорошая связь. У вас может быть связь главным образом с одним человеком или могут быть также сильные связи с несколькими людьми. Если люди не так развиты, если у них больше ревности и ожиданий, то нужно посмотреть, какие взаимоотношения полезны в этом случае. Но я бы максимально старался избегать разбивания сердец. Я бы не стал играть с человеческими чувствами — просто вклиниваться и разрывать отношения или что-то в этом роде. И сегодня, когда есть СПИД, хламидии и множество других болезней, которые невозможно или очень трудно вылечить, я бы действительно проверял своих партнеров. Я бы посоветовал вам носить с собой

на всякий случай пачку «резинок». Я бы не обходился без этого. Подхватывать болезни или заражать других — в этом нет ничего хорошего.

Итак, это зависит от кармы: одни могут счастливо жить в рамках нескольких взаимоотношений, другие предпочитают отношения «один плюс один». В любом случае важно думать о том, что ты можешь дать, а не о том, что ты можешь получить. Если вы думаете, что вы можете дать, и желаете другим счастья, вы всегда богаты. А если думать, что вы можете получить, то вы всегда бедны. Начинайте любые отношения с ситуации богатства.

Сегодня у нас день рассказывания историй, и по этому поводу тоже есть история. Я сегодня в центре тоже рассказывал истории. Один человек, который очень хорошо медитировал, решил посетить ад, чтобы посмотреть, что там делается. Он увидел, что люди сидят за огромным столом, на котором — лучшая еда в мире. Им всем хотелось есть, но у всех были ложки двухметровой длины, и, как они ни старались, вся еда опрокидывалась на пол, и им ничего не доставалось. Он подумал: «Странно. Дай-ка я посмотрю, как выглядит рай». Отправившись силой своей медитации туда, он увидел точно такую же картину: люди сидят за огромным столом, который ломится от яств. У всех двухметровые ложки. Однако разница была в том, что они все кормили друг друга. Опять же, мораль: если мы думаем о других, то мы богаты; если мы думаем о себе, то мы бедны. Главное — начинать с богатой позиции, с желания дарить что-то другим.

Также, если вы ревнуете, если вас оставляют, если вы одиноки и так далее, то совет — общий: желать тем, к кому вы ревнуете, так много того, из-за чего вы ревнуете, что это выходит за рамки любых человеческих понятий. Желайте им машину такой длины, что почти нигде ее невозможно припарковать; сотни

должностей во всевозможных заманчивых местах; пятьдесят любовников с усами или пятьдесят танцовщиц каждую ночь, а также достаточно здоровья и витаминов, чтобы действительно ими наслаждаться. Тогда все это превратится в сказку, в фантастику, но больше не будет никак связано с вами — ревность потеряет свои зубы. Кусается личностное отношение. «Делает ли она ему сейчас то, что обычно делала мне?» — такие вещи причиняют боль. Лучше непринужденно желать всем всяческого счастья, думая: «Они могут быть мертвы завтра; так пусть же радуются сейчас». Тогда не будет боли. Старайтесь иметь такой настрой. Делайте жизнь большой, не делайте ее маленькой.

24 *Если встречаются два человека, развиваются и подходят друг другу в духовном отношении, но все еще действуют какие-то бытовые стереотипы предыдущих отношений: как от них избавиться, чтобы не делать друг другу больно?*

Лучшее, что вы можете делать вместе во взаимоотношениях, — это медитировать. Если вы будете вместе медитировать хотя бы полчаса в день, между вами будет развиваться такая гармония, так много хорошего будет возникать между вами, что вы не найдете ничего лучшего, чем это. Во-первых, больше думайте о том, что вы можете дать, а не о том, что вы хотите взять, и, во-вторых, делайте вместе медитацию.

25 *Если взаимоотношения приносят проблемы, что лучше: расстаться или попытаться их улучшить?*

- Если у вас нет детей — то не держитесь за взаимоотношения, которые неудачны.
- Если у вас есть дети — постарайтесь сохранить взаимоотношения. По крайней мере, на некоторое время.

С другой стороны, любые взаимоотношения являются зеркалом вашего собственного ума. У вас обычно одни и те же проблемы каждый раз, с каждым партнером. Так что практичнее разобраться в проблеме в первый раз, когда она всплывает. Если вы чувствуете себя хорошо, если ваш ум поистине хорошо функционирует, вас ничто не сможет обеспокоить.

Но, конечно, нужно постараться иметь такие взаимоотношения, которые помогали бы расти и развиваться. Это взаимосвязано. Старайтесь определить, можете ли вы чему-то из ваших взаимоотношений научиться или это лишь пустая трата времени. А если вы буддист — наблюдайте за своим умом во всем, что происходит, и изучайте способ функционирования вашего ума.

26 *Что насчет гомосексуалистов?*

Я об этом не очень много говорю, так как сам не имею в этом абсолютно никакого опыта. Но, конечно, это большая тема. На Западе она обсуждается совершенно открыто; здесь, я думаю, это в большей степени закрытая и секретная тема.

Если посмотреть, что говорит об этом Будда, то он утверждает, что причиной этого является наша неприязнь к противоположному полу в предыдущей жизни. Например, если бы в этой жизни я все время говорил, какие женщины плохие, то, может быть, в следующей жизни я бы держался за ручку с Вагидом (показывает на переводчика). Таким образом, это тенденция, которая создается в уме.

Насколько я могу видеть, буддизм вообще не моралистичен. Будда не говорит: «Вы должны делать это, вы не должны делать то». Будда просто говорит: «Если вы будете делать это, вы получите вот такой результат, а если будете делать то, вы получите вот такой результат».

На основе собственных наблюдений я могу сказать, что по сравнению с гетеросексуальными отношениями в гомосексуальных отношениях больше ревности, больше мешающих чувств. С другой стороны, может быть так, что люди являются парой в одной жизни, в следующей жизни рождаются одного пола, но привязанность между ними сохраняется.

Еще у меня есть моя собственная идея, — но этого не говорит Будда, и, возможно, это вовсе и не верно. Я полагаю, что, занимаясь любовью с тем, кто такой же, как вы, вы укрепляете привязанность к своему эго, а занимаясь любовью с тем, кто отличается от вас, — вы устраниваете привязанность к эго. Но, может быть, я не прав.

27 *Почему среди семнадцати Карман нет женщин?*

Возможно, у него были женские излучения в других местах наряду с основным воплощением. Но в качестве хранителя линии преемственности он всегда принимал тело мужчины. Вероятно, причина этого в том, что в азиатских культурах, где он работал, мужское тело считается более предпочтительным и действенным, чем женское. В наших странах, где между полами есть больше равенства, это может измениться.





Смерть и перерождение

1 *Когда женщина делает аборт, как может выглядеть ребенок, если он приходит после смерти? Ты сказал, что, когда к тебе приходили умершие люди, они выглядели так, как должны выглядеть.*

Когда существо уже обрело тело? Вы, возможно, увидите его согласно тому, как оно выглядело в своей прошлой жизни. Или же вас просто может охватить глубокая подавленность или беспокойность. Это зависит от того, насколько сильна память умершего о прошлой жизни и в какой степени он отождествился со своим новым телом.

2 *Просьба подробнее рассказать о Чистых странах. Почему мы стремимся в них попасть?*

Этой темой мы займемся немного позже, но сейчас, поскольку вы спросили, я скажу немного об этом. Чистая страна — это состояние блаженства, радости и хороших чувств.

Наша Чистая страна известна под двумя названиями:

- Девачен — что значит Высшее блаженство;
- и Огмин — что значит Не-вниз.

Это — состояние, в котором рассеяна иллюзия эго, так что мы никогда больше не можем стать мишенью. Но еще остаются уровни неведения и жестких представлений, которые постепенно удаляются. Почему мы туда стремимся — потому что это окончание страдания и путь к великому блаженству.

А в конечном счете мы станем Буддой.

3 *В детстве я бывал иногда серьезно болен и видел белый свет, слышал звуки. Могло ли это быть связано с описываемыми энергетическими процессами умирания?*

Да, могло. У меня тоже были похожие вещи. При высокой температуре и так далее.

4 *Мы делали пхову 16-летнему парню, который повесился. Как можно определить, попал он в Чистую страну или нет?*

Вы можете только сделать все, что в ваших силах. Конечно, если есть тело, можно было бы найти какие-нибудь знаки. Также велики шансы, что вы об этом узнаете, если у вас с ним сильная связь.

Но если это просто кто-то умер и вы не очень-то связаны с ним, то говорите ОМ АМИ ДЭВА ХРИ, думайте, что у него над головой красный Будда, и это — все, что вам нужно делать.

С самоубийцами трудно. Обнаружив, что выбросили свое тело, они очень расстраиваются. Самоубийство — плохая идея.

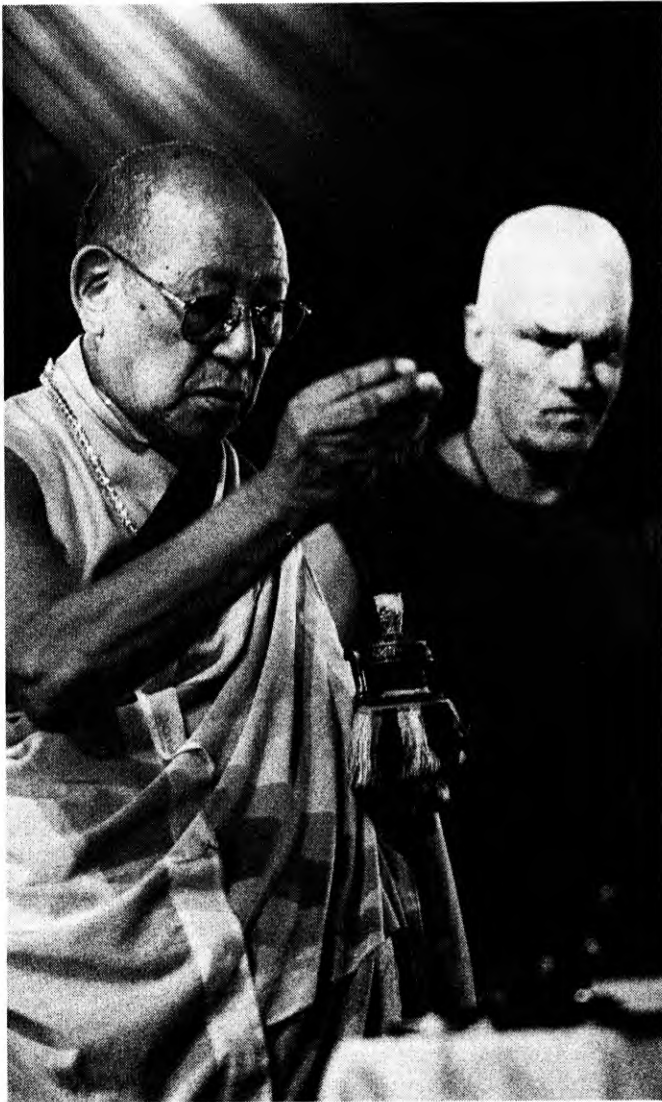
5 *Является ли Чистая страна местом для остальных религий?*

Она основана на понимании отсутствия эго и связи с Буддой Безграничного Света. Так что здесь требуется особенное понимание. Но возможно, что туда перемещаются существа из разновидностей рая, связанных с другими религиями, если они чему-то учатся. Но — нужна связь.

Но место — одно?

Это основано на связи с Буддой Безграничного Света и на понимании «не-эго». То есть вы хотите просто быть непринужденными и свободными от усилий и не испытывать необходимости все время отчитываться перед эго. Это не то же самое, что христианский рай или индуистские миры богов. Это не так, что все едино. Религии — очень разные. У них разные цели и пути. И даже когда они похожи, они используют разные символы и слова. Особенность буддизма в том, что мы не разглагольствуем о неправоте других. Мы думаем, что разные вещи могут быть полезны для разных людей, но одновременно знаем, что это разные вещи.

6 *Насколько я вас понял, Девачен — не место, а некое недвойственное видение мира. Если мы никогда не испытывали этого видения в жизни, возможно ли попасть в состояние такого видения?*



Это — состояние ума, и здесь может пригодиться помощь от доброго друга.

- Во-первых, очень полезно, что вы покидаете свое тело через отверстие, которое не является кармическим, — через макушку головы.
- А во-вторых — пространство и осознание неразделимы. Поэтому как только мы думаем о Будде, он — здесь. То есть достаточно только подумать о Будде, и тут же его энергополе будет присутствовать, и вы сможете туда отправиться. Но в этом деле мы, конечно, зависим от благоговения.

Кроме того, человеческий череп — вот такой толщины: большинство попыток убить человека ударом молотка оказываются неудачными. Мы за несколько дней проделываем в нем отверстие, просто медитируя и распевая, произнося различные звуки. Наверняка что-то также тянет с другой стороны, — не только мы толкаем.

Мою голову недавно сфотографировала очень интересная машина в университете Цюриха, и люди были весьма удивлены: на моей макушке есть две довольно большие дырки.

Проверили также волны моего мозга. Обнаружилось, что если я веду себя по-детски, то это не случайно: мой мозг полон волн, которые обычно исчезают у людей в возрасте двух лет. Это так называемые тета-волны.

Исследователи были поистине удивлены. Сначала они подключились к восьми точкам моего мозга и не могли поверить своим глазам, затем к тридцати одной точке. До сих пор работают над результатами.

Я думаю, что впервые человек, 30 лет занимающийся медитацией, позволил им исследовать свой мозг.

7 *Как часто можно делать пхову в центре? Бывают периоды, когда за одну неделю умирают два-три человека, чьи-то родственники.*

Смотрите, что естественно, как вам хочется. Это — ваше желание, ваша близость. Конечно, это всегда великая помощь, но вам достаточно сделать всего несколько отсыланий, это очень легко.

Вы можете также собирать нескольких умерших и потом их отсылать.

8 *Могут ли выпасть из Чистой страны те, кому мы делаем пхову?*

Нет. Они окажутся в так называемом закрытом лотосе — это значит, что, если у них нет буддийской подготовки или буддийского понимания, они долгое время будут привыкать к буддийскому образу мышления и взгляду на природу ума, прежде чем встретятся с Буддами и смогут эффективно развиваться. Но они не выпадают.

С другой стороны, вы должны быть уверены, что люди, которых вы посылаете в Чистую страну, действительно этого хотят. Мы не крадем умы, как христиане и другие. Если у людей не было никакого интереса или у них была сильная православная или какая-нибудь другая вера, мы просто желаем им счастья, но не посылаем в Чистую страну.

9 *В ходе практики пховы у нас открывается отверстие на макушке. Когда умирают обычные люди, оно у них закрыто?*

Обычно ум человека выходит через одно из естественных отверстий тела. Если только он не умирает во время операции, когда его тело разрезано, или от пуль, выпущенных бандитами и проделавших много дырок в теле. Этих естественных отверстий — семь в голове и два или три внизу, в зависимости от пола человека. Выход через такое отверстие приводит к одному из кармических существований, в одном из шести миров, о которых я говорил. Но если вы выходите через некармическое отверстие, то вы сразу попадаете в Чистую страну. В этом разница.

10 *Возможно ли ошибиться и сделать себе пхову во время сильного обморока или летаргического сна?*

Нет, пока есть кармическая связь с телом, вы будете возвращаться. Вы не умрете случайно. Со мной прошли пхову более тридцати тысяч человек — у них всех были хорошие знаки, и никто не умер.

11 *Если ум не вещественен, то зачем ему нужно какое-то отверстие для того, чтобы выйти?*

Существуют виды пховы на абсолютном уровне, и там этого не нужно. Вы тогда просто осознаете единство осознания внутри и снаружи. Но это трудно.

Мы можем сравнить ум с водяным паром, он — пространство и информация. Но не так просто постичь, что он один и тот же везде. Легче его сконденсировать, вытащить в сконденсированной форме и выпустить.

Дело в том, что ум — это не только осознание, не только водяной пар; он также сгущается в облака, и это его уровень энергии. И он даже может превращаться в дождь, это — уровень активности. Ум является всем этим, не только осознанием; хотя в абсолютном состоянии, где ум существует просто сам по себе, он — только осознание.

Ощущая радость, он проявляется в виде блаженства и чистых форм Будд. Проявляя свое сочувствие, он действует через твердые тела и активность.

И для того, чтобы перенести ум из обычного состояния в освобожденное и просветленное, очень легко и удобно сконденсировать его в энергию и потом снова выпустить. Так же, как можно поступить с водяным паром: сконденсировать его в облака, переместить куда-то и там выпустить на свободу.

12 *В какой форме мы рождаемся в Девачене? Присутствуют ли там тела?*

Там есть ощущение формы энергии и света, и ваш облик зависит от вашей общей мотивации.

На самом деле Девачен в основном для монахов и монахинь. Это очень мирное место и так далее. Но из Девачена вы можете добраться до всех диких Будд, с которыми можно более увлекательно проводить время. Они будут проглатывать вас, соединяться с вами в сексуальном союзе, — делать то, что необходимо для действительно мощного раскрытия вашего ума. Но этих состояний ума легче достигать через Девачен в силу особенных обещаний, данных красным Буддой. Что касается меня, то я буду где-нибудь среди Защитников или Дакинй. Сам Девачен объясняется как очень мирное место. Вы переходите из одного чудесного состояния в другое и учитесь посредством всего, что происходит.

В других местах вы узнаете свой ум через преодоление страха или непосредственное блаженство — есть бесчисленные методы, бесчисленные пути. Кроме того, люди по-разному воспринимают вещи в зависимости от их происхождения, мотивации и так далее.

13 *Если христианин хочет попасть в христианский рай, а я делаю ему пхову, сможет ли он выбрать сам?*

Если это действительно христианин, то я никогда не стал бы делать ему пхову, а просто говорил бы мантры, чтобы он сам мог выбрать. В христианстве нет такой силы, как пхова, нет методов. Пусть умерший видит ваш ум, показывайте, как все выглядит у нас, и мысленно говорите: «Если хочешь — пожалуйста».

Если же человек — христианин лишь по привычке или христианин не на самом деле, то, конечно, дарите ему пхову. А если это убежденный христианин, то не трогайте его, это его карма. Нужно исходить из степени убежденности.

14 *Учитывается ли предыдущая карма, когда я воплощаюсь из Девачена?*

Карма — нет, но уровень сознания — да. Дело в том, что есть две завесы, которые нужно удалить. Первая завеса — это смешанные чувства, и она исчезает вместе с исчезновением иллюзии эго. Но есть еще завеса жестких представлений — материалистических, нигилистических, экзистенциальных, трансцендентальных и так далее. Это плюс пожелания, которые вы задумывали, направляют ваше следующее перерождение.

15 *Алхимики считают, что возможно достичь физического бессмертия в этой жизни. Есть ли такие поучения в тибетском буддизме? Что вы об этом думаете? Не облегчило бы это путь к Просветлению?*

«Могли бы вы себе представить, что вам придется чистить обувь каждый день и этому никогда не будет конца?» Это цитата из очень старой книги, «Тарзан — сын джунглей». Автор оказывается в этой книге довольно неплохим философом.

Не знаю. Я мог бы есть лекарства и прожить на пятьдесят лет дольше. Наверное, мог бы. Но я вряд ли стал бы это делать, если бы это отнимало слишком много времени.

Если взять даосов, то многие из них не делают всяких вещей, не занимаются слишком часто любовью, и так далее, когда они молодые и здоровые, чтобы прожить на десять лет дольше, когда они старые и трясущиеся. Лучше я буду заниматься любовью, пока молод, а потом найду себе другое тело. Это легче и естественнее. У людей бывают разные ценности.

Да, наука немного улучшает наши инстинкты. Она советует нам, например, избегать слишком жирных, соленых или сладких блюд, избегать радиоактивных материалов и тому подобного. Конечно, это легко, если это можно делать, не внося ограничений в свой образ жизни. Но я предпочитаю качество, если возникает выбор между количеством и качеством в жизни. Лучше всего, конечно, когда это можно совмещать. В Дании говорят: «Неважно, как долго вы живете, — важно, как хорошо вы живете». Конечно, еще лучше, если вы можете хорошо жить дольше.

16 *Оле, твоя пхова от Дилго Кхьенце Ринпоче, или ее передал Шестнадцатый Кармапа?*

На самом деле, с тех пор как встретился с Кармапой, я вижу все, что со мной случается, как исходящее от него, — в том числе и через различных учителей, с которыми он меня сводил.

Первую пхову я получил в 1969 году в Гималаях, прямо напротив горы Эверест. Мы сидели и обедали где-то, и зашел йогин и стал издавать эти звуки. Я подскочил, почувствовал силу, и после этого у меня болела голова. Я уверен, что тогда я впервые получил пхову.

Зимой 1971–72 года мы с Ханной получили полные поучения и практику от человека по имени Аянг Ринпоче, но нас послал к нему Шестнадцатый Кармапа.

Затем Тенга Ринпоче сказал мне в 87-м или 88-м году, чтобы я учил пхове, а двумя годами позже это подтвердил Шамарпа. Новый Кармапа тоже попросил меня это делать.

Но я вижу все это как активность Шестнадцатого Кармапы — это он привел меня к этой позиции.

И этому соответствует буддийское понимание: у вас есть один лама, один учитель, с которым у вас наиболее близкая связь, и, если вы обращаетесь к другим учителям, вы видите их как активность центрального учителя. Тогда все легко, особенно если это происходит внутри одной линии преемственности.

Если же вы обращаетесь к другим линиям, то вам, наверное, нужно спросить об этом учителя, которого вы знаете лучше всего, чтобы не запутаться в поучениях.

17 *Через какой промежуток времени ум воплощается из Девачена?*

Это зависит от ваших пожеланий и взглядов. Это не происходит автоматически, но зависит от того, что вы хотите.

Я всегда советую людям побыть там немного и чему-нибудь поучиться, чтобы быть более полезными по возвращении. Это мой общий совет — не спускаться слишком скоро.

Кроме того, нужно иметь связь с людьми. Например, в Швейцарии есть четыре тулку Гелугпы, которые работают на заводе. Они правда тулку, но у них нет ни с кем никакой связи, никто у них не учится, и они работают на заводе. Они просто пообещали вернуться и вернулись — не потому, что увидели какую-то хорошую связь — людей, которым они могли бы помочь.

То есть это несколько сложнее, чем может показаться. Конечно, если у людей есть с вами контакт, то вы можете появиться в теле, которое они способны воспринимать, с которым они могут быть рядом. В этом случае вы можете влиять на них многими способами и приносить им большую пользу.

18 *Можно ли делать пхову самоубийцам и когда?*

Я уже говорил, что с самоубийцами — трудно. Не потому, что Будда что-то запрещает. Просто после смерти самоубийца обнаруживает, что очень глупо было выбрасывать свое тело, а иметь его было довольно хорошо и приятно. В результате он расстраивается и впадает в депрессию.

Им можно помогать, и нужно стараться им помогать, но это не так легко. Если они не приходят раньше 49-го дня, то они обязательно придут на 49-й день. Если вы не хотите заводить детей, то в этот день будьте осторожны, занимаясь любовью, поскольку, приблизившись, они могут также захотеть приобрести тело.

19 *Мне 11 лет. Можно ли мне пройти эту практику?*

На курсе в Испании был человек, которому 8 лет, и у него были отличные знаки. Так что если тебе нравится — делай, а если устанешь — пойди погуляй. Никакого вреда быть не может.

20 *В традиции Ньингма высшей реализацией в момент смерти считается растворение тела в Ясном свете. Практикуется ли такое в Кагью?*

Да, у нас есть люди, которые могут это делать. Это называется Джалу, или Радужное тело. Остаются волосы, зубы и ногти, так как там нет нервных окончаний и их трудно трансформировать. Все остальное, так сказать, «берется с собой». Но эта практика почти вымерла, и она находится под строгим запретом в Тибете. Если йогин это делал, китайцы убивали всю семью. Поскольку это не согласуется с диалектическим материализмом. Никак не согласуется.

21 *Если ребенок пяти лет присутствовал в зале во время пховы и в конце пховы у него был знак, можно ли считать, что он получил пхову?*

Да, он получил благословение. Если он вдруг умрет, благословение сработает. Только он пока не знает, как помогать другим.

22 *Можно ли проходить пхову беременным женщинам?*

Раньше мы проверяли это индивидуально, потому что у нас был такой случай во Франкфурте, когда женщина потеряла ребенка после пховы. Хоть и не ожидала этого, она была не особенно против, так как у нее уже было четверо детей.

Сразу после этого она забеременела и родила близнецов, так что получилось шесть. Об этом были всякие разговоры, но у нас никогда не случилось никаких происшествий — выкидышей, и так далее — которые можно было бы непосредственно соотнести с пховой. А в тех случаях, когда женщины проходили пхову, будучи беременными, или становились беременными сразу после нее, у них рождались — это, по крайней мере, мое ощущение — довольно бесстрашные и невозмутимые дети. Может быть, это мое субъективное ощущение.

23 *Оле, я уже второй день прохожу курс, но чувствую себя паршиво в плане внутреннего состояния. Говорят, что это очищение. Неужели во мне так много дерьма?*

Давай сформулируем это иначе. Если вода после мытья не становится грязной, то, наверное, мыло бесполезно. Ты нашла мыло, которое эффективно. То есть можно смотреть на это позитивно.

Кроме того, ты всегда видишь хвосты животных, уходящих от тебя, а не их носы. Это не приходит к тебе, ты — избавляешься от этого. Но, конечно, нам всем есть от чего очищаться. Тексты всегда говорят, что мы были родителями друг друга в прошлых жизнях и проявляли друг к другу доброту. Но мы также воровали друг у друга женщин, встречались на поле боя и так далее.

Конечно же, кармы смешаны.

Что бы ни происходило — ты от чего-то избавляешься, так что радуйся.

24 *Попадая в сердце Будды, ощущаю сильное тепло в теле. Что это означает?*

Благословение. Большое благословение.

25 *Делают ли пхову животным, например, собакам?*

Вы можете посредством мантр помочь им обрести человеческое перерождение. Но проделать сразу весь путь до Чистой страны им трудно. У них нет абстрактного понимания.

26 *Пространство безграничной радости вызывает беспричинный смех. Надо ли его сдерживать?*

Иногда хорошо немного посмеяться. Но если это мешает другим, то, наверное, лучше выйти, за дверь посмеяться над миром и затем снова зайти.

Название состояния, которого мы достигаем, — «Великое Блаженство». Так что совершенно

естественно, что вы чувствуете счастье. Просто если вы будете слишком шуметь, то другие будут чувствовать несчастье. Необходимо это уравновешивать.

27 *Может ли младенец родиться со знаком пховы?*

Обычно то место, где срастается череп, — ближе к передней части головы, чем знак пховы.

Это то место, на которое медитируют индуисты: на расстоянии толщины четырех пальцев от линии волос, а не восьми.

28 *Везде в мире существует бизнес, связанный с ритуальными услугами. Существует ли бизнес, связанный с посыланием людей в счастливое перерождение или Чистые страны?*

Насколько я знаю, нет. Конечно, мы все получаем хорошую карму благодаря той работе, которую делаем. Но она вряд ли материальна. Я не знаю ни о какой финансовой выгоде в связи с деланием пховы.

На самом деле смысл денег — в том счастье, которое они могут принести. Но еще лучше, когда можно получать счастье непосредственно.

29 *Почему мы представляем себя именно в женской форме?*

Женщины более восприимчивы, и хорошо быть в этой форме для некоторых медитаций. Но есть также приятная месь: женщины должны будут представлять

себя в мужской форме во время медитации на Будду Безграничной Жизни. Так что это уравновешено.

30 *Можно ли голодать во время пховы?*

На некоторых курсах пховы бывает специальная еда, так сказать, для номенклатуры, и в этом случае я всегда ем, поскольку за едой происходит общение. Но я рад ничего не есть, когда для меня не готовят специально. На Западе я чаще всего не ем во время курсов. После этого появляется немного больше пространства в штанах. Кроме того, ум становится острее. Однако здесь, у вас, часто бывает так, что за столом решаются какие-то организационные вопросы, можно пригласить кого-нибудь пообщаться и так далее.

Но не забывайте пить, когда не едите. Ваши почки должны получать воду.

31 *Когда после смерти попадем в Девачен, будем ли мы узнавать друг друга?*

Да. Мы будем естественно встречаться благодаря связям, которые построили сейчас. Они остаются актуальными. Поэтому я советую парам, которые расходятся, обязательно оставаться друзьями. Если когда-нибудь встретитесь снова, то это будет приятная встреча.

32 *Что это значит, когда кажется, что при дыхании воздух входит и выходит через канал¹¹?*

¹¹ Энергетический канал. Система каналов используется в различных медитациях.

Я бы видел это как благословение. Это, наверное, недолго будет продолжаться.

После пховы, когда вы будете сидеть и медитировать, у вас может возникать ощущение, что у вас на голове какой-то ветерок, тепло или бегают муравьи. Тогда можете сказать: «Привет, Оле!»

Это не так важно. На самом деле это довольно приятно. Вот эта область на моей голове служит источником многих приятных чувств. Я думаю, что у меня там появилось много нервов, которых не было вначале.

33 *Сегодня утром я видела вокруг солнца радугу. Что это значит?*

Сегодня утром? Наверное, это означает, что у большинства появились знаки в то время.

У нас на курсах часто бывают подобные вещи. Радуги вокруг солнца, и так далее. Мир — это ум; если вы оставляете очень сильный отпечаток в уме, то велика вероятность того, что вы это увидите.

34 *Если кто-нибудь возьмет текст пховы, уйдет в горы и будет долго-долго медитировать, есть ли у него какие-нибудь шансы достичь цели?*

Если у него есть передача и все остальное — конечно. Если он просто возьмет текст, не встречавшись с учителем, то это все равно, что пытаться извлечь масло из воды. Ничего не выйдет. Ему некуда будет попадать.

35 *Достаточно ли одной практики пховы, или ее необходимо проходить несколько раз?*

Одна — хорошо, а несколько — лучше. Если вы один раз отжалась от пола — это хорошо, но, делая отжимания регулярно, вы становитесь сильными, так? И сможете больше делать для других.

Я всегда советую приезжать на пхову раз в год на пару дней, если возможно. Даже если только на выходные дни. Вы слышите все последние сплетни, видите потенциальных привлекательных партнеров... В Кагью никогда не бывает скучно.

36 *Имеет ли значение расстояние для того, чтобы делать пхову другим?*

Если вы можете находиться в том же помещении, то вам, наверное, легче будет сосредоточиться. Но если в комнате полно людей и нет никакой возможности сосредоточиться, то можно сидеть и за ее пределами. Вы можете сделать вид, что сидите в глубоком раздумье, чтобы вам никто не мешал и вы никому не мешали, и отсылать ум того, кто умер.

Если же вы далеко, то и тогда вы на самом деле можете помочь.

Когда умер Калу Ринпоче — один из наших учителей, которому Ханна помогала с важными переводами, — Ханна находилась в Малайзии. Она взяла его книгу, и оттуда выпала его фотография. Ханна тогда интуитивно поняла, что он скончался.

Другой подобный случай произошел в 1972 году, когда мы красили нашу первую квартиру в Копенгагене, — напротив известной колонии хиппи «Христиания» (не знаю, достигла ли слава о ней до Сибири). Тогда я вдруг сказал Ханне: «Умер наш король». Мы включили радио, и как раз прозвучало объявление об этом.

Фредерик IX. Сильный человек. Двадцать детей, разбросанных по всей Дании, большая татуировка фрегата на груди. Таким образом, существует контакт через само пространство.

Я сделал две очень интересные пховы. Одну — находясь в Мехико, для девушки по имени Сие в южной Германии. Подложили телефонную трубку под ее ухо, когда она умирала, и я сделал ей отсылание. Другую — находясь во Фрайбурге, на юге Германии, для человека в Хаттингене, в центральной Германии. Пространство является вместилищем, а не разделением. Пространство содержит нас в себе, мы — внутри него.

37 *Если человек при жизни очень негативно относился к буддизму, делать ли ему пхову?*

Не делайте. Если люди довольны чем-то другим и не любят буддизм, мы желаем им счастья, но не делаем пхову. Христиане делают подобные вещи, мы — нет. Мы уважаем взгляды людей. Конечно, жаль, но ничего не поделаешь. Может быть, у них появится шанс в одной из следующих жизней.

38 *Если тело разрывает на части, что тогда?*

То же самое. Вы все равно будете воспринимать тело как дом со многими дверями и выйдете так, как это наиболее естественно.

39 *Как буддизм объясняет смерть?*

Мы считаем, что мозг не производит сознание, а трансформирует его. Мы считаем его не передатчиком, а приемником. Это значит, что мы видим то, что называется «ум», как программу впечатлений, которая есть с безначальных времен и скрепляется иллюзией отдельного «я». Когда соединяются яйцеклетка и сперматозоид, к ним присоединяется также ум, входя таким образом в новое тело. В ходе жизни мы получаем какие-то впечатления, как-то проявляемся сами, и затем, когда тело исчезает, поток энергии и осознания продолжает движение и соединяется со следующими телами.

Я в этом полностью убежден, так как мы оба с женой помним разные вещи из нашей прошлой жизни. Мы узнали места в восточном Тибете, где мы раньше были, и так далее. Таким образом, смерть для нас — это исчезновение тела и переход ума в другие тела, другие ситуации.

Но это не только буддийская идея?

Чем больше людей, у которых такая идея, тем больше людей получают пользу.

40 *Расскажите про пхову.*

Мы как раз сейчас приехали с пховы, и скоро будет следующая, в Харькове.

Это пятидневный курс, который мы всегда стараемся делать как можно более дешевым. Вы на нем работаете около девяти часов в день, три часа одно занятие. Вы учитесь высылать сознание из макушки головы в энергополе красного Будды по имени Безграничный Свет, или Опаме. Затем, в будущем, это сработает, когда придет ваш последний час.

У людей появляется три вида знаков:

- внешний знак — физический: это небольшое отверстие на макушке головы, которое может выглядеть как маленький порез или капля крови. Я попрошу сейчас поднять руки тех, кто в свое время получил этот знак. Вы можете оглянуться: около четверти или трети присутствующих;
- внутренний знак — это очищения, перепады настроения, через которые человек проходит.
- и еще есть так называемый тайный знак. Он выражается в том, что некоторые виды страха, скованности, некоторые внутренние проблемы просто исчезают. С буддийской точки зрения, наверное, нет более разумного способа провести пять дней своей жизни. Нужно только этого захотеть.

41 *Где оказывается ум не рожденного человека, умершего в утробе? Можно ли делать ему пхову?*

Как и в случае смерти вне утробы, ум оказывается в пространстве. И, если есть связь, вы можете сделать пхову. У этого существа меньше устоявшихся идей, и у вас могут быть все шансы оказать ему помощь.

42 *У моего отца плохое здоровье, и врачи предполагают, что долго он не проживет. Чем я могу ему помочь?*

Если у него есть хоть какое-нибудь доверие к буддизму, скажи ему, пусть говорит ОМ АМИ ДЭВА ХРИ и думает, что лучшее, что он может себе

представить, находится над его головой. И пусть он желает попасть туда. Тогда, наверное, он туда и попадет.

43 *Есть ли какие-либо рекомендации относительно поведения близких умершего человека, которое способствовало бы его лучшему перерождению?*

Устройте большой пир от его имени на третий или четвертый день после его смерти и вспомните все хорошее, что он делал. Делайте что-то хорошее от его имени. Но не плачьте, не цепляйтесь за него, не говорите: «Пожалуйста, вернись!» Ведь он не может вернуться, и это для него — ужасно. Он видит, что вы плачете, но не может к вам вернуться.

Был старый германский и славянский обычай, так называемое «могильное пиво»: люди собирались на третий или четвертый день, вспоминали все замечательные деяния умершего, выпивали много пива и забывали о покойном.



Активность в мире.¹² Центры буддизма

1 *Оле, расскажите, пожалуйста, о вашем теперешнем визите в Петербург и в Россию. Вы бываете здесь достаточно регулярно.*

Я должен сказать, что рад снова быть здесь. Россия — это магия. Я путешествую по миру с Ханной на протяжении последних 28 лет, почти каждый день перемещаясь из города в город, и каждый раз, когда мы думаем: «Ага, Россия!» — все становится магией.

У вас просто очень интересная страна, в которой множество интересных людей. Все время возникает новая открытость, появляются новые возможности. Это как ртуть — может перетекать куда угодно.

Сейчас мы прилетели из Новосибирска, где я обучил около 600 человек осознанному умиранию: научил их оставлять свое тело во время смерти и оказываться в том, что мы называем Чистой страной. Затем мы посмотрели наш новый прекрасный центр в Москве, и теперь — здесь с друзьями.

¹² Данные в этой главе представлены на 1999 год.

Завтра мы сядем на поезд в Нижний Новгород, а оттуда поедем дальше на юг, в Элисту, где мы недавно соорудили Ступу, религиозный монумент. Оттуда мы поедем на Украину, где я буду проводить еще один курс, оттуда — в Польшу и так далее.

2 *Предсказание о том, что Кагью будут дохнуть как мухи, уже свершилось или это еще только будет?*

Я никогда этого не слышал, честное слово. Я слышал, что тибетцы расплзутся, как муравьи, по миру, и это уже произошло. Но у нас вообще дела идут значительно лучше, чем у гелугпинцев, у организованной церкви. Наши люди были независимыми, самостоятельно занимались практикой и не были привязаны к большим монастырям, и Шестнадцатому Кармапе удалось вывести на свободу почти всех своих людей. Я никогда не слышал этого пророчества и не знаю, когда оно исполнится. Но, если это случится, мы устроим из этого гулянку. Умрем в хорошем стиле.

3 *На какую тему вы сейчас пишете книгу?*

Сейчас я перевожу с немецкого на английский язык свою собственную книгу, «Великую Печать».¹³ Следующая книга будет о смерти и перерождении, Кати занимается сейчас сбором материала из множества прочитанных мной лекций. Затем на английском и немецком языках выйдет то, что уже появилось на русском, венгерском и польском

¹³ Нидал О. Великая Печать. М.: Алмазный путь, 2010.



языках, — «Вопросы йогину». На Западе у нас этого нет, наши восточные страны идут впереди. Вагид делает важную работу, собирая материал, и люди в нескольких местах переводят с русского.

Возможно, что нам удастся договориться с очень крупным издательством Wisdom Publications. До сих пор мне приходилось все время обращаться к небольшим издательствам, потому что большие в Америке всегда хотят заново переписать твою книгу, и тогда она превращается в такой же мягкий сладкий вздор, как то, что пишут другие.

Вышел бестселлер под авторством Цогьяла Тулку — маленького кругленького ньингмапинца, который любит хихикать. Он известен как «смеющийся лама». Когда ему принесли книгу от редактора, он не смог ее узнать, там все было изменено. Но ему пообещали, что она станет бестселлером. Он дал свое согласие, и книга действительно стала бестселлером — «Тибетская книга жизни и смерти». Но она теперь имеет мало отношения к нему.

Итак, чтобы избежать этого, я всегда имел дело с небольшими издателями, — тогда я сам мог решать. Теперь есть возможность, что крупный издатель возьмется за публикацию и не будет ничего менять. Это повлечет за собой другие книги. Пожалуйста, желайте все нам удачи в этом! Америка очень нуждается в здравом смысле. Нельзя ведь все время довольствоваться только чем-то поверхностным, должна быть какая-то глубина.

4 Как определяется цена на курс пховы?

Я, честное слово, не имею ничего общего с ценами. Я полностью оставляю это в ведении моих людей. Обычно, когда мы устанавливаем слишком низкую

цену, это заканчивается неприятностями. Мы недавно делали пхову в Чехии, откуда я сейчас приехал.

Там организаторы действительно пытались сэкономить деньги, потому что хотели заняться строительством на земле, которая у нас там есть. В результате разорвался большой тент на 1200 человек, и нам пришлось проводить пхову под открытым небом. Затем пошел дождь, и нам пришлось перейти в зал, в котором поместились только 600 новеньких.

Здесь, наверное, людям приходится брать немного больше денег, чтобы все функционировало. Трудно найти золотую середину. Но я доверяю нашим организаторам — не думаю, что они мошенники. Поговорите с ними. По крайней мере, я считаю, что это очень хорошая идея, когда есть разные цены для людей, приезжающих с разных расстояний.

Я действительно не могу ответить на ваш вопрос. Когда я уезжаю из России, мои карманы не бывают набиты деньгами. Я оставил в России несколько тысяч долларов, пожертвовав их на различные проекты. Вам нужно поговорить об этом с Кати, она знает обо всех калькуляциях. Может быть, Томек знает. Мы с Ханной не знаем. Спросите у тех, кто знает.

5 Какие центры есть во Франции, и какие из них можно посетить?

Я знаю, что во Франции есть несколько монастырей. Мы с ними мало контактируем. Мы как бы защищаем Францию и не ездим туда слишком часто, так как они там хотят поддерживать монашескую традицию. Когда приезжаем мы, миряне и йоги, монахи убегают или перестают понимать, зачем они придерживаются той дисциплины,

которой придерживаются, и так далее. У нас существует джентльменское соглашение о том, что французы не много делают в Центральной Европе, а мы не часто ездим во Францию. Когда монахи или монахини посещают наши центры, люди чувствуют себя неловко; а когда мы посещаем их центры, это доставляет им неудобства, стесняет их свободу действий.

Если кто-то хочет принять монашество, то там есть очень хорошие места. Есть место под названием Лобост, где живет много монахов и монахинь. Проблема только в том, что мы не сможем вас как следует использовать, когда вы вернетесь. У нас нет места для такой функции.

6 *В китайском буддизме есть школа Чань, которая вела себя очень безобразно. Они ломали концепции относительно «святости» и различные предубеждения. Например, на вопрос, кто такой Будда, учитель отвечал: «Это кусок дерьма». Он хотел этим показать, что невозможно выразить природу Будды. Как ты к этому относишься?*

Нам не нужно этого в наших странах. Здесь уже есть свобода, и это не встряхнет людей, а только собьет с толку.

Сегодня нет большой необходимости в каких-то экстремальных проявлениях, в том числе в экстремальных практиках и поучениях. Нужно быть уверенными в себе, легкими и сосредоточенными; нужно уметь все обосновывать. Должны быть корни, ствол, ветви и плоды.

Конечно, в Китае так много табу, что это могло кого-то шокировать и заставить задуматься.

Но я не думаю, что у нас есть проблемы с избыточным табу. У людей больше проблем с тем, что они не знают, что выбрать из многих возможностей.

7 *Ваш дом в Дании?*

У меня датский паспорт. Я проведу там две недели в году. В России — два месяца. Полтора месяца в Северной Америке, около месяца в Южной Америке, месяц в Австралии и Новой Зеландии, и остальное время — в Центральной Европе. Это наше самое сильное и организованное место. Самой трудной была Германия, но там и самое сильное развитие. Там люди чрезвычайно критичны, но если они убеждаются в том, что это работает, они очень много помогают. Большая часть работы, которую мы можем делать здесь, происходит благодаря помощи из Германии.

8 *Откуда деньги на создание центров?*

Я читаю лекции. Я довольно хорошо известен в Европе, и на мои лекции обычно приходит около 500 человек. Они платят около десяти долларов. Мы оплачиваем из этих денег зал (а залы, как правило, очень дорогие), а остальную часть делим пополам: половина идет центру, который организовал лекцию, а другая половина — организации, которая называется DBV Worldwide; это что-то типа распределительного фонда. Если во время своих поездок я вижу центр, которому нужна помощь, — есть люди, есть желание, но не хватает материальных средств, — то я могу сделать какой-то вклад. Что я и стараюсь делать. Мы занимаемся строительством во Владивостоке, Иркутске и некоторых других местах. Надеемся, что и здесь сможем быть полезными в этом.

9 *В Калмыкии высказывались пожелания о том, чтобы поставить в России 108 буддийских ступ. Как вы думаете, в каких городах эти ступы будут стоять?*

В моем представлении о том, что необходимо сделать сначала, ступы занимают далеко не первое место. В традиционной культуре, в Калмыкии, мы соорудили традиционный символ, но вообще я хочу, чтобы были дома, где люди могли бы встречаться, читать книги, учиться, получать информацию и медитировать. Ступы для меня — это что-то второстепенное.

Может быть, впоследствии, когда у нас уже много будет создано и закреплено... Тогда — где угодно. На данном этапе я предпочитаю здания, которые имели бы функциональное значение. Ступу хорошо было сделать в Калмыкии, но это не очень важно для Нижнего Новгорода.

Здесь нам нужно место, где мы могли бы встречаться.

10 *Мы с вами встречались год назад, в этом же зале. В каких странах вы побывали? Что знаменательного произошло за этот год как для вас, так и для линии Кагью в целом?*

Со времени нашей последней встречи я два раза объехал вокруг света, посещая новый город каждый день. Для нашей линии знаменательно то, что люди стали намного более зрелыми и очень укрепилось сотрудничество. Мы действительно влияем сейчас на развитие общества, и это может только продолжаться и улучшаться.

Что касается меня самого, то моя постоянная радость — видеть рост моих учеников: то, что они развиваются, находят смысл в своей жизни, становятся счастливыми. Мой собственный ум не очень меняется. Я все время чувствую себя счастливым, и все становится только лучше и лучше.

11 *Насколько велик процент молодежи в буддизме?*

Я бы сказал, что примерно 50% людей в современном буддизме моложе 25 лет.

Люди какого пола, образования и склада мышления приходят в буддизм?

Что касается полов, то здесь существует равновесие. Большинство этих людей — весьма независимы, многие из них работают с компьютером. У них чаще гуманитарное образование. Многие участвовали в движениях протеста против коммунизма и так далее. Они довольно зрелые люди — наверное, это главная их черта. Они выбрали буддизм, потому что Будда не является богом, который наказывает или создает; он — их друг.

12 *Насколько, на ваш взгляд, популярен буддизм в России и Нижнем Новгороде? Каковы перспективы его развития здесь?*

Мы мало занимаемся рекламой или пропагандой, не миссионерствуем. Кроме того, мы начали свою деятельность здесь совсем недавно: нам всего 10 лет. А у людей хватает забот и в плане выживания. Но, я думаю, среди молодых людей, которые хотят быть независимыми и мыслить самостоятельно, наша хорошая репутация известна и распространяется.

Наверное, у вас, как и во всех цивилизованных странах, около 2% населения так или иначе являются буддистами — просто в силу того, как они думают и чувствуют. И, вероятно, еще для нескольких процентов буддизм — привлекателен. Мы не заинтересованы в том, чтобы стать массовой организацией.

13 *В начале вашего выступления прозвучала такая необычная вещь, что Россия стала экспортером буддизма. Не могли бы вы это прокомментировать?*

Я основал около 250 центров по всему миру, чтобы не было потеряно знание тибетского буддизма — особенно знание о медитации. В 89-м году мы начали работать здесь. Мы встретились с первыми группами в Петербурге, и мы медитировали вместе с ними и учили их. Моя милая жена Ханна, которая пишет письма на заднем ряду, и я сам. С тех пор мы стали приезжать сюда так часто, как можем.

После прихода Горбачева россияне получили заграничные паспорта, и многим из них захотелось повидать мир.

Многие друзья, с которыми мы познакомились в России, потом уехали в другие страны, и они помогают теперь там, в разных наших центрах. Они приносят большую пользу. Они часто обладают очень глубоким опытом.

Это касается не только ближнего зарубежья, Прибалтики, но и Северной Америки, Австралии, Новой Зеландии и так далее. Россияне там очень важны для нашей работы. У большинства из вас очень хорошее образование, и если вы решаете чем-то заняться, то вы хорошо это осваиваете и потом соответственно можете что-то давать другим. Наш центр

в Лос-Анджелесе, наверное, на две трети состоит из русских. Они также очень важны в Лондоне, Нью-Йорке, Сан-Франциско, в Сиднее в Австралии.

Таким образом, друзья, которые стали моими учениками здесь, затем выехали из России и занимаются теперь работой в центрах в других странах. И они, несомненно, менее невротичны и поверхностны, чем многие местные.

14 *Я слышал, что согласно пророчеству Будды через 2500 лет буддизм придет в упадок. По-моему, сейчас как раз этот период. Что вы можете об этом сказать?*

Я думаю, что он говорит только о Востоке, где упадок налицо. У всех традиционных буддийских культур сейчас дела идут не очень хорошо. С другой стороны, ясно, что речь не о нас, так как у нас все идет очень хорошо. В одной России у нас более 50 групп. 70 — в Германии, 50 — в Польше, 8–9 в Украине, 12 в Венгрии, 15 в Северной Америке, 20 в Южной Америке. Много. Мы не посещаем только Африку и мусульманские страны. В Африке не похоже, чтобы был интерес. Что касается мусульманских стран, то если я сделаю там кого-нибудь буддистами, а потом их убьет мулла, то я тем самым принесу им мало пользы. Помощь действительно будет тогда небольшой с моей стороны. Но помимо Африки и мусульманских стран, у нас везде есть группы.

15 *В Западной Европе буддизм — это мода?*

Частично да. Но это неважно. Если люди получают какую-то пользу, то Будда счастлив. Если они съедают

одну таблетку с витаминами, это хорошо, если съедают пять — еще лучше. Учение Будды не может разрушиться из-за того, что оно модно.

16 *Оле, мне интересно: это, наверное, часто встречается, когда группа людей делает что-то реальное, а остальные критикуют?*

Есть такая тенденция. С другой стороны, есть сильные и слабые стороны и у тех, и у других.

Вы должны найти гармоничное решение. Раньше, чувствительные люди должны тоже иметь возможность вносить какой-то вклад и помогать — может быть, делать что-то в выходные дни. А люди с острыми локтями, занимающиеся различными видами работы, должны учиться отличать друзей от врагов. На самом деле большинство — либо друзья, либо нейтральные люди, и не нужно никого обижать.

Таким образом, есть обоюдный процесс роста — и тем и другим нужно чему-то учиться. Конечно, всегда есть люди, которые любят сидеть, попивать свой кофе и решать, кто что делает неправильно. Однако они проявляют интерес, потому что у них есть какая-то связь. И если дать им шанс помогать, то они, как правило, будут что-то делать, пусть даже это мытье посуды. Так они смогут раскрываться и вставать на конструктивные позиции.

С другой стороны, нужны также люди, которые первыми перебираются через возвышенность, — люди, которые не заботятся о потерях, но думают о том, чего они хотят достичь. Но лучше всего, если они смогут не бить своих, чтобы чужие боялись. Важно, чтобы обе стороны учились друг у друга, и лучше всего делать это на нейтральной территории. Такую территорию мы и собираемся создать.

17 *К нам приезжал Клаус, и он называл Сангху пылесосом. Не мог ли бы ты рассказать о роли Сангхи в нашем развитии?*

Пылесос — это прибор, который может чистить, не будучи чистым сам. Это можно сравнить с тем, что алмазы, которые сами не чисты, становятся чище, когда трутся друг о друга. Это происходит благодаря взаимодействию, благодаря встрече людей друг с другом. Так что действительно можно так сказать.

Самый большой пылесос — это выяснение отношений.

Да, да. Они быстро выявляют качества людей. Отличное зеркало для лица.

На самом деле любой, кто делает больше работы, становится зеркалом для людей. Только те, кто спят все время, никого не раздражают. По крайней мере, если у них есть кровать и они не храпят.

Важна мотивация.

18 *Стоит ли просить денег у богатых бандитов на строительство центра?*

Если они сами приносят деньги и вы не знаете точно об их занятиях и не думаете, что на деньгах есть кровь, то бандиты могут очищаться, помогая нам в том, что мы делаем. Но если вы знаете о каких-то преступлениях или просите сами, то вы становитесь причастны к бандитской карме. Не делайте этого. Если вы знаете о чем-то явно негативном, если наносился вред существам, то держитесь подальше.

Вам не обязательно проверять каждый рубль, который вам дают, — люди должны иметь шанс получить

хорошую карму. Если вы не дадите им шанс сделать что-нибудь хорошее, то они будут совершать все больше негативного, и их положение будет все более затруднительным. Но мы никогда не прикоснемся к тому, на чем есть кровь. Мы не должны терять свое доброе имя и хорошую направленность. Вы согласны, не так ли?

Совсем немного крови и много алюминия.

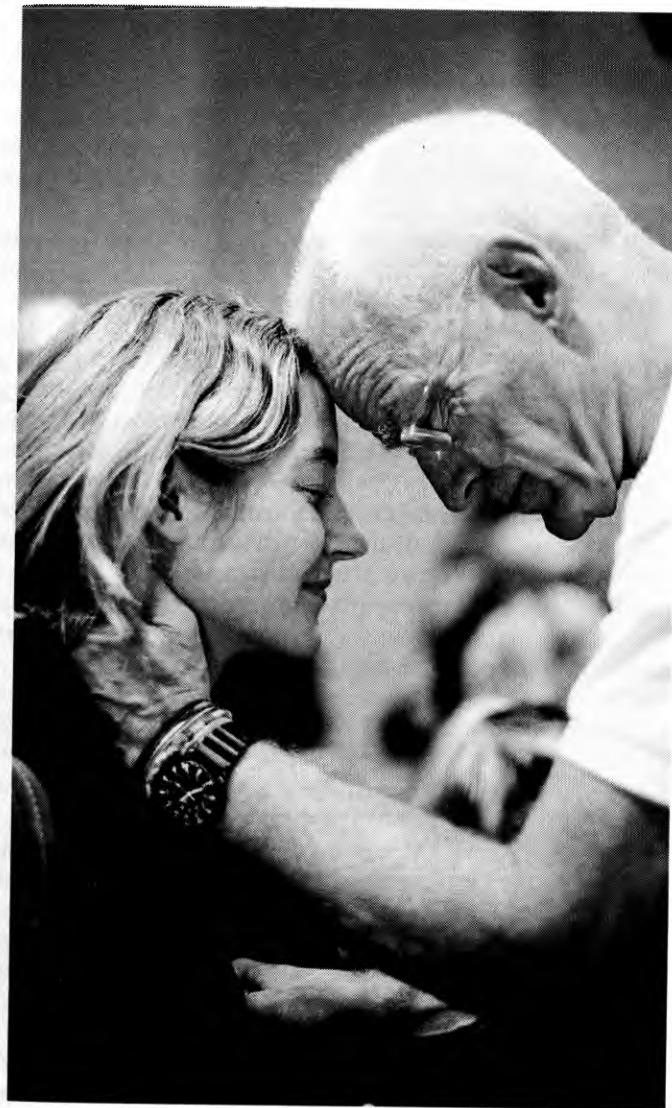
Наверное, немного крови. Кровь и алюминий, по-моему, не смешиваются.

Алюминий полезен. Но мы всегда должны оставаться независимыми. Мы можем дружить со всеми, но никто не должен иметь возможности сказать: «Я купил вас, чтобы вы делали то и это».

Мы никогда не должны рисковать своей независимостью.

Из алюминия можно делать автомобили, которые вдвое легче стальных, и он не ржавеет. Расходуется вдвое меньше бензина, что хорошо для природы. Плохая сторона алюминия в том, что требуется много электричества, чтобы извлекать его из боксита. Но я считаю, что он полезнее стали. Сталь отнимает больше энергии, когда она уже в движении, хотя нужно меньше энергии для ее производства.

19 *Кто-то из школы Гелугпа сказал, что наши люди перенимают худшие качества учителя. А в нашем центре один человек сказал, что мы создали центр для сильных людей, и те, кто нуждается в помощи или более тонко организован в духовном плане, не хотят туда приходить и встречаться с этой бессердечной, несентиментальной атмосферой. Они не приходят, хотя испытывают глубокое доверие к тебе как к учителю.*



Осмотритесь, и вы везде увидите церкви. Это для людей, которые чувствуют себя слабыми и нуждаются в помощи. Во многих местах есть социальные учреждения или больницы, которые предоставляют другой вид помощи. Но есть также люди, которые хотят что-то давать миру, а не только получать. И я не знаю, куда им идти, если не к нам. Честное слово.

У всех буддийских школ есть свой специфический «вкус»:

- нингмапинцы — драматичны: большие истории, большие пророчества, все большое;
- сакьяпинцы — буржуазны, умеют себя преподнести;
- гелугпинцы — очень организованны, сверху вниз;
- а мы — такие, какие есть. Если мы начнем притворяться, что мы другие, мы никому не будем приносить пользы.

Однако признаком силы является также способность быть добрым. Просто не нужно размыывать учение. Есть много мест, в которые могут обратиться люди, желающие других учений. У нас есть определенный стиль общения, который всех поднимает и никого не делает слабым:

- если относиться к людям как к сильным и рассудительным — то они будут сильными и рассудительными;
- если относиться к ним как к детям — то они будут детьми.

Но, повторю еще раз: выражением силы человека является его способность быть добрым. Я уже говорил: маленькие собаки лают, большим это не нужно. Самое резкое высказывание, которое я слышал от Шестнадцатого Кармапы: «Ты должен быть осторожен». Это означает, что вы можете воевать, имея стрелковое оружие, но вы должны быть дружелюбны, если у вас есть атомные бомбы. Иначе будет слишком много разрушений.

Я могу драться с пятерыми одновременно, если нужно, и делать всевозможные вещи со своим телом. Я не хочу сказать, что я обязательно побью всех пятерых, но, по крайней мере, я знаю, как драться, в случае необходимости. Однако я обнаруживаю, что становлюсь со временем все добрее и добрее.

Чем ты сильнее, тем меньше тебе нужно что-то доказывать. И, будучи уверен в себе, с восторгом замечаешь достоинства и способности других.

Мы все учимся в нашей работе в группах выявлять силу каждого. Это все равно что ходить по казино и угадывать, с какого автомата можно сейчас сорвать куш, какой из них не платит уже в течение некоторого времени.

Точно так же мы должны замечать в наших группах, у кого есть какой-то опыт, кто как раз недавно что-то усвоил, у кого есть способность, готовая проявиться. И тогда мы поручаем этому человеку что-то делать или говорить. Раскрываясь, он будет воодушевлять еще кого-то, те, в свою очередь, еще кого-то и так далее.

Соединяя умы, мы постепенно становимся глазами и ушами друг друга; друг у друга учимся. Когда мы расходимся после каждой встречи, мы бываем еще больше посвящены в богатство и силу нашего ума.

Таким образом, наша задача — выявлять сильные, а не слабые стороны людей. Люди, которым нравится чувствовать себя слабыми, могут находить какие-нибудь другие места. И, надевая снова и снова красивую маску, мы однажды больше не сможем снять ее, так как она станет нашим лицом.

Рай и ад — это не что-то где-то. Они совершаются между нашими собственными ушами или между нашими собственными ребрами.

20 *Часто говорят, что, перед тем как медитировать, нужно получить теоретическую подготовку, иначе медитация может быть неправильной. Что вы думаете о буддийской учености?*

Это совершенно индивидуально и зависит от того, что подходит вам. Поэтому у нас в буддизме есть разные школы:

- есть «дикая» школа — люди, которые любят пуджи и всевозможные экзотические вещи — они называются Ньингмапа;
- есть также ученые люди, которые любят ясное мышление и много учатся, — это Сакьяпа;
- далее, есть Кагьюпа — это мы. Мы, главным образом, исследуем ум и работаем на основе благословения и передачи;
- и, наконец, есть Гелугпа. Последователи этой школы в Тибете обычно не медитировали первые 20 лет, в этот период они все время учились, а затем постепенно переходили к медитации. Сейчас у них есть центры на Западе, им нужно соревноваться с другими группами, и они начали давать медитации раньше. Лично я полагаю, что в их деятельности не много силы из-за недостатка передачи. Это в основном школа изучения.

Таким образом, это зависит от личных склонностей. Я, конечно, прочитал много книг, поскольку являюсь ламой и должен уметь отвечать на широкий спектр вопросов — также и касательно того, что сам я не применяю на практике. В общем и целом, конечно, нужно знать разные вещи. С другой стороны, наиболее сильное развитие я видел в тех случаях, когда люди начинали с основополагающего доверия, преданности, приступали к практике, и уже потом,

приобретая некоторый опыт, брались за изучение. Люди, которые только изучают теорию, часто становятся слегка сухими. У них не много силы, не много радости. Они изучают все, они очень умны и больше напоминают книжных червей.

Здесь я говорю о нашей линии преемственности. Например, у нас есть институт в Дели, который называется KIVI.

- Если ко мне подходят с вопросом, стоит ли туда поехать, и я полагаю, что буду работать с этим человеком в будущем, что он будет важным в центрах, и так далее, то я не посылаю его в KIVI сразу. Я говорю ему: «Сначала поезди с нами, поразвлекайся, мы лучше узнаем друг друга. Наберись опыта, зрелости. А потом уже можешь заняться теорией».
- Есть также люди, которые, на мой взгляд, будут в основном учиться и приносить мало практической пользы в группах. И их я посылаю сразу, если они хотят. Но одновременно говорю, что по возвращении им нужно будет соответствовать не ученым, а йогическим поучениям — поучениям, которые давали Кармапа, Калу Ринпоче, Тенга Ринпоче, все эти старые великие мастера медитации. То есть не нужно будет следовать стилю кхенпо, которому учат там.

Например, мы разделяем учение на Тхераваду, Махаяну и Ваджраяну — Алмазный путь. В KIVI учат, что есть Тхеравада и Махаяна, и уже в качестве подразделения Махаяны — Ваджраяна. Если вы работаете только с идеями и концепциями, то способ KIVI полезен. Если вы работаете с передачей непосредственного опыта, то он вовсе не применим. Мотивация и видение — совсем разные вещи. Точно так же, как стремление удерживаться от негативного — это тоже самостоятельная область. Если люди из KIVI хотят

работать в наших группах, то им нужно использовать ту же структуру, иначе будет запутанность.

Можно сказать, что одному учат в школе, а другому учат в жизни. Наверное, как и во всем. Я учил много такого в школе, чего никогда не использовал, и использовал много такого, чему никогда не учился в школе.

Учение Будды чудесно потому, что в нем содержится 84 000 наставлений. Независимо от того, как посажена голова на ваши плечи, вы можете найти шапку, которая вам впору. Это большое богатство и удача. Так что давайте радоваться многообразию, но придерживаться того, что имеет смысл для нас.

На самом деле, придя на Запад, буддизм разделился на три группы:

- 1) главным образом в католических странах Европы — монашеская группа. Это Франция, Испания, Италия и в небольшой степени Англия;
- 2) в наших центрах от Англии, Голландии, Германии и до Владивостока — светская и йогическая передача;
- 3) и третья ветвь связана с KIVI. Это в основном активность Кюнзига Шамарпы. Хотя в этом движении состоят, большей частью, люди из наших групп. Когда они возвращаются, мы стараемся находить им полезное применение. Но я не поручаю им руководство центрами. Это не то направление, куда мы должны двигаться. С другой стороны, я поддерживаю KIVI, так же филиал KIVI в Элисте, поскольку знание имеет важность. Но я не хочу, чтобы люди из KIVI задавали тон в центрах или направляли их движение. Шестнадцатый Кармапа сказал, чего он хочет, и мы не будем это менять.

Благодаря твоему хорошему вопросу я смог сказать некоторые вещи, которые можно считать моей

официальной позицией, если кому-то это интересно. Мои старые друзья, наверное, все это уже знают, и, я думаю, они с этим согласны.

21 *Медитация вырабатывает привычку. Но тексты медитаций все время меняются, появляются новые редакции.*

Текст — это также что-то живое. Вы бы поразились тому, насколько, в большинстве своем, неясными являются тексты медитации, и какие огромные расхождения могут быть между текстом и комментариями. Я даже не буду вам рассказывать, иначе вы запутаетесь.

Нам нужно просто соединять все концы и находить то, что полезно и функционально сегодня. К счастью, Шестнадцатый Кармапа доверял мне, и он поручил мне определять, что может быть полезным для наших людей здесь и сейчас. Я думаю, что большинство текстов, в том числе медитация на Кармапу, приобрели сейчас удобоваримую форму. И я знаю, что в переводе Вагида вы получаете то, что нужно. Требуется много времени, чтобы приносить нечто подобное в наши страны. Тибет был организован так же, как Европа около 1400 года, — они отстали от нас на 600 лет.

Это был феодализм. У них не было демократии, прессы, прозрачности, не было системы общего образования. И нам нужно стараться получать то, что было полезно, и приносить в нашу культуру.

Точно так же, как 950 лет назад тибетцы брали лучшее у Индии и давали этому жизнь в своей стране.

Для того чтобы выкристаллизовалась ясная форма при переходе учения из Индии в Тибет, потребовалось несколько веков. И за 27 лет нашей работы у нас довольно неплохой прогресс. Конечно,

это возможно только благодаря вашей образованности, современным средствам коммуникации и печатному станку. Мы успеваем все делать за короткое время.

Но всегда остается вопрос ребенка и воды для купания. Вы хотите, чтобы ребенок был сухим, вы хотите избавиться от воды, но если вы слишком потропите, то потеряется также рука или нога ребенка.

С другой стороны, если вы будете слишком медлить, ребенок останется мокрым и вы не захотите к нему прикасаться. То есть нужно точное соответствие моменту, и я честно стараюсь этим руководствоваться.

22. *Каков смысл знака на плакате у вас за спиной?*

Мы долго думали, какой нам сделать логотип. Как вы можете себе представить, это, в большой степени, было идеей Кати. У нее очень светлая голова, в которой появляется много идей. Она решила, что нам нужно что-то, что показывало бы наш динамизм и вообще наше лицо. Она поговорила с друзьями в Гамбурге (у них, кстати, скоро родится ребенок), и те стали думать, что могло бы представлять динамизм и энергию нашей работы.

Однажды рано утром они проходили мимо BMW и сфотографировали один из отражателей света на задней части машины. Затем они стали вращать изображение на компьютере, и получилась эта форма, только с вращением в противоположном направлении, против часовой стрелки. Затем это показали мне, и я сказал «о'кей», но прибавил, что нам нужны еще стабильные символы солнца и луны и, исходя из того, каким сегодня является мир, вращение должно происходить по часовой стрелке. Кому-то из нас пришла также в голову мысль, что там должен быть слог Кармапы,

с чем сам Кармапа согласился. Таким образом, со множеством благословения с разных сторон, мы получили знак, который динамичен и в котором действительно много хорошей энергии. Как только мне его показали, я сказал: «То, что нужно». Некоторое время мы думали, стоит ли сделать его более пассивным или более активным, — в какую сторону направить вращение, — но я решил, что он должен быть активным:

- солнце и луна — это женская и мужская энергии, выражающие мудрость и сочувствие, пространство и радость;
 - «Ка» — первый слог имени Кармапы;
 - языки пламени — это энергия сочувствия.
- Хороший знак.

23. *Конечно, мы придем на вашу лекцию. Но нам нужно написать статью, и хотелось бы узнать: как это будет происходить? Будут ли там какие-нибудь ритуалы или только лекция?*

Обычно я даю сначала объяснения, чтобы людям было над чем поразмыслить. Они должны сначала понять, что происходит. Для многих буддизм является чем-то новым, несмотря на то, что это только здравый смысл. Затем будет время для ответов на вопросы.

Я помню, что в прошлый мой приезд сюда были очень хорошие вопросы. Хорошие, критичные — я это люблю. Тогда я тоже чему-то учусь.

После этого будет медитация. Я буду проводить медитацию и учить людей работать со своим умом. Мы будем при этом фокусироваться на разных видах света, имеющих психологическую важность, и так далее.

24 *Для ламы вы выглядите довольно необычно. Какой у вас вообще стиль жизни?*

Главным образом, работа, по 20 часов в сутки. Я стараюсь сделать так, чтобы тибетский буддизм выжил, не был потерян. Знание об уме в буддизме можно сравнить со знанием Запада о том, как работают различные детали мотора. Но его можно сохранить только в том случае, если есть настоящие носители этого знания. Если уйдет последний мужчина или последняя женщина, обладающие им, то останется только бумага, книги — это больше не будет живым. С тех пор, как тибетцам пришлось в 59-м году бежать из Тибета, почти все самые образованные люди старой выучки умерли. То есть, если мы не сможем стать преемниками, все будет потеряно.

Во всем мире люди пытаются создать счастье, раскладывая вокруг себя приятные вещи. Но сами вещи не могут становиться счастливыми — они могут только приносить счастье, когда наш ум вступает с ними в контакт: тогда возникают приятные ощущения. И есть также люди, у которых все в жизни на первый взгляд чудесно, но они, тем не менее, несчастливы.

Если ум может находить свое счастье непосредственно, не через внешние вещи, то это просто здорово. И это — цель тибетского буддизма.

25 *Проводите ли вы практики тонглен¹⁴ и пхова для помощи умирающим и людям вообще?*

¹⁴ Тонглен (тиб. — давать и брать) — типичная медитация Великого пути, Махаяны. Медитирующий представляет с помощью определенных образов, что забирает у всех живых существ страдание и дарит им счастье.



За последние 12 лет я обучил пхове 30 тысяч человек. Следующим летом я буду ей обучать в Новосибирске и Луганске, в конце августа — начале сентября. Я буду проводить этот курс и в других местах Европы, и считаю большой честью возможность это делать.

Тонглен я не делаю для мертвых, я не обучался ему в этом контексте. Я обучался ему как практике, направленной на то, чтобы мы естественно использовали духовные способности, когда они появятся, для блага других. Но сейчас, когда вы об этом сказали, я вижу, что это могло бы быть полезно и в этом смысле.

Ко мне каждый год поступает несколько тысяч сообщений об умерших людях по Интернету или в письмах с просьбой о том, чтобы я о них позаботился; и каждый месяц я выделяю определенный период времени для того, чтобы отсылать их в Чистую страну.

26 *Раньше в центрах на постоянной основе в расписании была практика на Ченрези. Потом это изменилось. Почему?*

Да, мы хотим, чтобы происходила ротация и люди знакомились с разными другими медитациями, которые мы делаем. Сейчас у нас есть Будда Медицины, Ясный свет и несколько других вещей; и еще мы заметили, что эта медитация на формы белого света очень близка к эзотерике. Довольно многие люди вроде бы делали буддийскую медитацию, но при этом сохраняли свои эзотерические и христианские привычки ума. Я решил, что нам нужно немного времени, чтобы выяснить, чем мы на самом деле занимаемся, а впоследствии мы снова сможем делать эту медитацию. Здесь у вас сложность в том, что сильна православная

церковь, и многие люди думают, что стали буддистами, в действительности при этом не меняя своего образа мышления. Я решил устроить им небольшую встряску после форм белого света, и потом, когда люди решат, буддисты они или нет, когда их умы прояснятся, они снова смогут это делать. Как я уже упоминал несколько раз и как вы можете прочитать в книге Томека «Жулики в рясах», у нас в последний период времени были трудности с китайцами. И как в Германии, так и в других местах каждый раз выяснялось, что люди, медитирующие на формы белого света, не хотят иметь ясности в своем взгляде на многие вещи. Это тип людей, который любит говорить о том, что все едино и все чудесно.

У нас, буддистов, очень чистая рубашка, и есть много людей повсюду, которые хотят быть буддистами, но не хотят при этом менять свой образ мышления, не хотят думать как буддисты. Они только хотят чувствовать себя как бы буддистами и делать все так, как буддисты. А от этого нет пользы никому. Поэтому я решил немного закрутить гайки.

Это работа гуру.

27 *Трудно ли было вам впервые приехать с учением в Россию?*

Да, это было действительно трудно, и я действительно подумывал о том, чтобы начать пинать ваши задницы. На первом курсе, который я у вас проводил, нас было около 60 человек в небольшом помещении. Это происходило рядом со старым замком викингов под Петербургом¹⁵. Мы сидели тесно,

¹⁵ Поселок Старая Ладога, первая историческая столица России. Первое городище княжения Рюрика.

как сардины в консервной банке, и тем не менее я не мог заставить людей разговаривать друг с другом. Я старался, как мог, но все, видимо, подозревали соседей в том, что те из КГБ. Я тогда подумал: «Мне нужно как следует дать этим шалопаям по башке, чтобы они начали друг с другом общаться. Только тогда у нас может возникнуть семья и будет что-то происходить».

И на второй или третий день энергия полностью изменилась. Тогда Россия стала нашей. Это был очень важный день. Я сделал гадание и спросил у Будды, не теряю ли я напрасно время с этими людьми. Их ответом было — все будет как нельзя лучше, и затем лед тронулся. Сначала у нас что-то было не в порядке с документами, и мы не смогли приехать. Затем мы приехали на БМВ, и мы ездили быстрее полиции, которая за нами следила, и везде ее опережали. Я доехал из Петербурга до Таллина менее чем за два часа, причем мы даже успели перекусить по дороге. Тогда у нас возникли первые контакты, и впоследствии все наладилось.

28 *Вы сегодня упоминали о деньгах.*

Расскажите, пожалуйста, о доходной части бюджета монастырей, если вам что-либо об этом известно.

Почти все тибетские монастыри существуют за счет китайцев, живущих за пределами Китая — в Малайзии, Сингапуре, Гонконге, Тайване. Они платят рабочим два доллара в день, а продают товары по ценам мирового рынка. Некоторые из этих китайцев становятся такими богатыми, что мы даже не можем себе этого представить. Иногда им становится немного совестно, и они оказывают поддержку монастырям и ламам. Но они поддерживают только

монахов. Кроме монастырей на Востоке, у нас есть также монастыри во Франции. И они в большой степени питаются немецкими деньгами — исходящими от компаний по производству самолетов и так далее. Это обидно, так как мы могли бы использовать эти деньги и в Германии. Некоторым нравится платить за экзотические блюда вместо нормальных, но тут уж ничего не поделаешь.

Наши группы работают на основе идеализма и дружбы, и у нас никому не платят. Люди имеют обычную работу, а какую-то часть своего заработка отдают в поддержку центров. На самом деле у нас не много денег.

Посмотрите на меня: у меня нет дома, да и вообще ничего нет. У организации есть пара машин и мотоциклов, которыми я могу пользоваться. У меня есть несколько комнат в разных местах мира, где хранится моя одежда. Я могу туда приехать, поменять свой гардероб и — ехать дальше. Кати живет так же, Ханна живет так же. Если моя одежда мне не подарена, то она — подержанная: я всегда покупаю только подержанные вещи. Таким образом, мы обходимся небольшими деньгами, и при этом умудряемся многое делать. Конечно, люди очень щедры, они проявляют огромную доброту. За последние полгода у нас появилось то, чего никогда не было раньше: два великих спонсора. Один помог нам в Москве, а другой — в Варшаве. У нас никогда раньше такого не было.

29 *Существует ли у вас какая-либо субординация и нормативы в общении?*

Мы стараемся, чтобы этого было как можно меньше. Конечно, если кто-то разговаривает грубо или глупо, то я ухожу, так как у меня нет для этого времени. Все

должно быть резонным. Если кто-то приходит ко мне и что-то от меня хочет, то он должен разговаривать так, чтобы мне было интересно его слушать, не так ли? Но это просто происходит само собой.

Мы стараемся делать все на основе бескорыстия и дружбы и создавать как можно меньше иерархий и порядков, в которых старший клюет младшего. В Тибете мы были довольно маленькой школой. Но, выйдя из Тибета, мы стали очень большими. Другие школы, такие как Гелугпа, не могли обходиться без своей бюрократии и огромных монастырей. Мы же привыкли к импровизации и, оказавшись вне Тибета, просто продолжали импровизировать.

Я прошу людей вести себя со мной настолько нормально, насколько они могут. Я не могу смириться только с одним — когда кто-то зря отнимает у меня время. Слишком много дел, а жизнь слишком коротка. Если меня кто-то о чем-то спрашивает, то ему следует делать то, что я говорю, или, по крайней мере, следует меня выслушать. Лучше использовать время со смыслом. Но вы сами, должно быть, видите, как мы общаемся. У нас нет никакой униформы или чего-то в этом роде. И цель всего, что мы делаем, — создавать свободных людей. Мы не смогли бы это делать, помещая людей в коробки и иерархические структуры. Я всегда называю нашу систему «меритократией» — «властью заслуги»: если вы больше делаете, вы можете больше говорить.

30 *Возможно ли создать центр в нашем городе?*

Что ж, если здесь есть какое-то количество умных людей, то, я уверен, мы смогли бы это сделать. У нас

около 40 групп¹⁶ по всей России, от Владивостока до Петербурга, около десятка групп — в Украине и много в Западной Европе. И, конечно, мы можем иметь группу и здесь.

Обычно это не что-то очень большое или драматическое. Обычно центр состоит из ядра, в котором десяток людей, и 50 человек, которые вокруг, которым интересно. Мы вовсе не пытаемся стать массовой религией. Везде в мире есть умные и независимые люди, которые находят для себя много ответов в буддизме. И я думаю, что у них должна быть такая возможность.

¹⁶ На сегодня в России функционирует 85 буддийских центров и групп (данные на 2012 год).



Личные вопросы к Ламе

1 *Что вы думаете о своих слабостях?*

Я думаю, что они довольно полезны:

- моя слабость к женщинам подарила мне много близких учениц. Женщины это чувствуют, и это самый непосредственный комплимент;
- моя слабость к скорости подарила мне прекрасные средства передвижения. Мой единственный отпуск в году длится три дня, и вместе с семью друзьями на мотоциклах мы преодолеваем на большой скорости все высокие перевалы в Альпах, какие можем найти. Это просто огромная радость. Таким образом, мои слабости приносят немало пользы.

2 *Что такое для вас комфорт и неудобство в жизни?*

Неудобством является напрасная трата времени. Я действительно не люблю попусту терять время. Комфортом является ощущение того, что все учатся,

что есть рост и развитие. Люди думают, что я терпелив, — но на самом деле я не терпелив. У меня просто есть десять разных вещей, на которые я могу направить свой ум, и, если есть какое-то препятствие в одном направлении, я тут же могу переключиться на что-то другое, изменить направление активности.

3 *Испытываешь ли ты когда-либо отвращение? Ведь ты говоришь о том, что тебе не нравятся, например, неопрятные люди или что-то другое?*

На самом деле мои глаза в большой степени освоили чистое видение. Но мой нос не вполне освоил чистое нюханье. Запахи мне могут досаждать. Не запах вспотевшего здорового тела, это — подарок вселенной. Но запах гниения, запах протухшего мяса — то есть резкие неприятные запахи. Однако я не принимаю это близко к сердцу, просто стараюсь куда-нибудь уйти.

4 *Оле, ты уже не являешься личностью, и твои возможности действовать для блага других не ограничены иллюзией «я». Почему же ты говоришь, что иногда что-то забываешь?*

Есть мотивация, а есть практика. Если даже я и хочу нести на себе сто килограмм, может быть, я могу нести только пятьдесят, верно? Какой бы ни была мотивация, она должна работать через человеческое тело, человеческую речь и так далее. Можно делать все, что в твоих силах, и при этом все всегда

является спонтанно совершенным. В какой бы ситуации вы ни находились, это показывает потенциал ума. Все является совершенным само по себе.

Конечно, бывает так, что иногда выпадает какой-то кусок информации. Я иногда чувствую особенную досаду оттого, что не могу как следует поблагодарить людей, которые проявляют ко мне доброту, поскольку все время возникает что-то новое, чему нужно уделить внимание. Конечно, я знаю, что с абсолютной точки зрения все сходится так, как нужно, но и на относительном уровне иногда хочется иметь достаточно времени.

5 *Почему вы каждый раз читаете одну и ту же лекцию?*

Главным образом потому, что я провожу всего день в каждом городе, и приходит много новых людей. Есть некоторые вещи, которые людям нужно знать. Затем, во время вопросов и ответов, у нас есть возможность затронуть какие-то специальные темы. Кроме того, проходят курсы, на которых мы затрагиваем несколько предметов. Просто при встрече с новыми людьми важны основополагающие вещи. Как я уже говорил, буддизм можно сделать простым и буддизм можно сделать сложным. Я предпочитаю делать его простым и практичным, и тогда многое звучит одинаково.

С другой стороны, я применяю мнемотехнику: если использовать одни и те же слова много раз, то они глубже проникают в сознание людей и приносят им больше пользы.

Мой дядя принимали участие в Первой мировой войне. Она не так долго продолжалась в России из-за Ленина, но на западном фронте не заканчивалась

долго. Мой дядя был датчанин, но жил в той части Дании, которая была отторгнута Германией. Он часто рассказывал, что на протяжении многих месяцев тяжелых артиллерийских обстрелов, грязи и дождей ему помогали несколько простых фраз, которые он выучил наизусть. Можно сказать, это была для него своеобразная мантра. Я стараюсь добиться того же: заложить в вас несколько особенно существенных моментов, которые всегда могут служить опорой для дальнейшего строительства. И для этого необходимо повторение. У меня очень хорошая компания. Самым опытным учителем, который был у нас на Западе, несомненно, является Калу Ринпоче. Мы возили и сопровождали его в течение нескольких лет, и он излагал одно и то же все время, если только не было каких-нибудь специальных тем, таких как тибетская медицина или тибетская история. Кроме того, вы заметите, что наиболее существенные поучения никогда не становятся утомительными. Как бы то ни было, они не стали утомительными для меня. Они всегда показывают вам ваше лицо, и в этом ощущении всегда есть сила.

6 *Когда к вам подходят для благословения, вы иногда прикасаетесь лбом, иногда только прикладываете гао¹⁷ к макушке головы, а иногда — к трем центрам тела. От чего это зависит?*

Только от времени. Я предпочел бы благословлять вас всех все время бесчисленными способами. Но иногда у меня хватает времени только на то, чтобы прикоснуться к макушке вашей головы и пропустить энергию через ваше тело; иногда есть возможность также

¹⁷ Гао (тиб.) — медальон с реликвиями.

прижаться лбом к вашему лбу, чтобы между нами появилось энергетическое колесо. Иногда я могу прикоснуться к трем точкам... Это зависит от того, располагаю ли я временем. Но суть у этого всего всегда одна.

7 *Находится ли Оле в Девачене сейчас?*

Похоже на то. Я всегда чувствую себя очень, очень, очень хорошо.

8 *Испытывает ли Оле определенные виды страданий? Если да, то какие?*

Мне не нравится, когда люди причиняют друг другу вред. Это меня тревожит. Особенно потому, что я знаю, что это вытекает из прошлого вреда и вызовет вред также и в будущем. Такие вещи, как пытки, и так далее, мне действительно не нравятся.

9 *Хочется украсть тебя на месяц, чтобы заставить тебя отдыхать. Можно это сделать?*

У меня, возможно, будет отдых примерно через год — для написания двух очень нужных книг.

Я тогда буду делать упражнения со скакалкой, бегать, отжиматься, чтобы улучшить свою форму. Постараюсь вспомнить программу упражнений со времени занятий боксом.

10 *Как поведение учеников влияет на ваше здоровье?*

По-моему, я слишком крепок, чтобы подвергаться влиянию. Позитивное влияние — да, конечно — когда я вижу вас здоровыми, счастливыми, влюбленными. Но в тех случаях, когда люди начинали мне противодействовать, это была их проблема, не моя.

Я имею в виду нарушение самайи¹⁸.

Я тоже. Я очень крепкий. И я очень честный. Все, кто становился против меня, оказывался в проигрыше.

Я знаю такие случаи среди гелугпинцев — у Ламы Йеше произошел разрыв сердца из-за его учеников. Я знаю много таких случаев. Было несколько периодов, когда люди наговаривали против нас с Ханной мантры, и так далее. Худшее, что я когда-либо чувствовал, — легкая головная боль. Я просто слишком большой.

11 Вы — просветленный?

Я — не просветленный. Просветление в буддизме — это нечто очень большое.

Просветление означало бы, что я знаю, какое блюдо сейчас готовит госпожа Кропоткина на расстоянии пяти домов отсюда и о чем она при этом думает. Но я этого не знаю.

Сам я полагаю, что являюсь освободившимся. Это означает, что я не отношусь к вещам лично и, если возникают какие-нибудь неприятности, то я не чувствую себя мишенью. Но скачок оттуда до Просветления — очень большой.

У меня было несколько переживаний, которые, наверное, близки к состоянию Просветления. Но они очень

¹⁸ Самайя (санскр.) — стремление придерживаться высочайшего осознания, опираясь на духовную связь с Учителем как носителем активности Будды.

тяжело отражаются на теле. Потом чувствуешь себя так, будто тебя переехал товарный поезд. Все становится прозрачным, можно видеть спиной, можно ощущать мир каждым атомом своего тела. Затем приходится воссоздавать весь мир заново — вспоминать, как другие люди его воспринимают и ощущают, как они думают. Это очень тяжело сказывается на человеческом теле.

Освобождение — это приятно.

12 Я слышал, вы были наркоманом. Как вы справились с этой проблемой, или болезнью, в психологическом плане?

Я никогда не имел пристрастия ни к чему, кроме счастливой ночной жизни. В 60-е годы я писал дипломную работу в университете Копенгагена на тему психоделических средств и в связи с этим проводил некоторые собственные исследования. Довольно много исследований. Но я никогда не мог бы пристраститься. Я просто слишком счастлив.

Счастливые люди не могут попадать в зависимость от чего-либо — это могут только несчастливые.

Я получал опыт, видел, как это действует, мне это казалось интересным... На самом деле многое из этого было довольно скучным.

13 Пришлось ли вам отказаться из-за буддизма от каких-либо европейских привычек, стиля жизни?

Не думаю. От некоторых вещей я отказался сам: наркотики, избыток спиртного, табак. Это было довольно легко, поскольку ничто из этого не сравнится по увлекательности с медитацией.

Итак, от этого я отказался, а прочее связано с общими вещами, которые говорит нам Будда. Он советует любить людей, помнить о том, что все они хотят счастья, и также Будда говорит, что настоящее счастье внутри нас, а не в домах, машинах, деньгах и так далее.

Но все это было естественно, и это был мой собственный выбор.

Никто не говорил: «Ты должен».

14 *Правда ли, что на Восток 30–40 лет назад вас с женой привело пристрастие к наркотикам?*

Нет, у меня никогда не было пристрастия. Я писал работу в университете Копенгагена по Олдосу Хаксли.

Я хочу добавить, что вещества, с которыми я работал в то время, тогда еще не были запрещены. Люди о них тогда даже не знали, и ничего не было сказано в законах. Их запретили только потом. Мы действительно были авангардом.

15 *Какая у вас профессия?*

Я был школьным учителем. Английский и немецкий язык. Учился в Америке, Англии, Германии, но главным образом — в Дании. Вся наша семья — учителя, и также семья Ханна. Школьные учителя и пираты.

16 *Сейчас вы не работаете?*

Я работаю, наверное, по 20 часов в сутки. В то время как мои друзья сидят в других купе поезда

и рассказывают что-то захватывающее друг другу по-русски, мы с Ханной сидим и надеемся, что проводница подольше не будет выключать свет, чтобы мы могли еще поработать. Не получится основать 250 центров,¹⁹ если не работать по крайней мере 18 часов в сутки. Мы даем начало новой культуре. Это что-то большое.

17 *Вы ни к чему не привязаны в этой жизни?*

Множество вещей приносит мне наслаждение: любовь, скорость и так далее. Но если у меня нет чего-то одного, то я думаю о чем-то другом. Я не привязан: я наслаждаюсь одной вещью — если у меня есть она; другой вещью — если есть другая; и третьей вещью — если есть эта третья. А больше всего я наслаждаюсь силой своего ума — его способностью воспринимать. Вот, например, я здесь стою, вижу своих друзей, которых здесь много... Чудесен сам факт, что возможно воспринимать так много вещей. Это особенный вид счастья: он происходит изнутри. Но он не делает внешние вещи плохими.

18 *На Западе вы принадлежали к католической вере. Было ли вам легко изменить вашу веру?*

Северная часть Европы протестантская, не католическая, а моя семья вовсе не была религиозной. Мои родители были профессорами, гуманистами, но не христианами.

¹⁹ На сегодня в мире Ламой Оле Нидалом основано более 600 буддийских центров (данные на 2012 год).

Когда встретился с буддизмом, я нашел ответы на все вопросы, которыми задавалось молодое поколение 60-х годов. Это действительно было подобно возвращению домой.

У меня очень сильные корни в восточном Тибете. Я родился в 1941 году, в Дании, когда она все еще была оккупирована Германией, а в детстве мне снились сны о восточном Тибете, о том, что я защищаю мирное население от китайских солдат. Тибетцы признали, что я был ламой и защитником в прошлой жизни.

То есть я просто встретил то, что искал. Все просто стало на свои места.

19 *Вы сами участвуете в политической жизни? Каким образом?*

Что ж, когда бываю в Дании, я стараюсь принять участие в выборах. Кроме того, люди задают мне вопросы, и я говорю то, что думаю.

Одна из вещей, которые я говорю чаще всего, — это о том, что мы должны платить людям в перенаселенных странах и в гетто за то, чтобы они рожали меньше детей. С моей точки зрения, все остальные вопросы политики не так уж важны.

Конечно, я всегда также говорю, что нам нужно выбирать симпатичных президентов, так как нам предстоит смотреть на них много лет. И нам нужно выбирать не слишком умных президентов, чтобы они не могли придумывать хитрые способы ограничить нашу свободу.

20 *Какой фирмы свитера на вас, какие часы, сколько вы тратите на одежду?*

Мои часы — Касио, с большими буквами и подсветкой. Они стоили 30 долларов в Панаме. Мы купили двадцать штук, чтобы дарить друзьям, и сейчас у нас осталась где-то пара.

Рубашку мне подарил Томек; она от компании под названием «Банановая республика». Он купил ее очень дешево, где-то за четыре-пять долларов; это — дешево для Америки. Очень хороший хлопок, сделано в Израиле.

Мои брюки — подарок. Ой, это другие брюки. Эти брюки подарили мне люди в Миннесоте, когда я был у них с визитом.

Вот эта вещь — особенная. Это неликвиды шведской армии, и мы раздали около тысячи таких курток по всему бывшему Советскому Союзу. Иногда это зеленые куртки, для весны и осени, а иногда это войлок, очень толстый. Это шведская армия. Они сейчас все меняют, и эти куртки стоят немного больше доллара. У меня с собой около двадцати таких курток, мы их будем раздавать в Новосибирске. Там у них холодно. И мы, наверное, возьмем с собой сотню, когда поедем зимой в Сибирь.

Это одно из наших лучших дел. Мы — это много молодых идеалистов, и мы не так организованны, как христиане. Мы не можем заботиться о наших друзьях так же хорошо, как христиане. Но у меня очень хороший нюх на дешевые вещи. Мой брат сейчас каждую неделю ездит из Дании на военные склады в Швеции и привозит много курток. Если мы их не возьмем, шведы просто их сожгут, им все равно. У них теперь будет новая форма. Мы стараемся спасти эти куртки и как можно большее количество раздать.

На самом деле, когда у меня есть возможность, когда я не должен представлять буддизм и могу просто расслабиться, я всегда ношу армейскую одежду. Мне нравится ее прочность, большие



карманы; можно сидеть, где хочешь. В своей прошлой жизни я был солдатом в восточном Тибете и защищал мирное население от китайцев, и мне просто нравится военная форма. С другой стороны, я также являюсь представителем чего-то, и поэтому Ханна заставила меня пообещать, что я буду надевать военные вещи либо на верхнюю, либо на нижнюю часть тела, но не на все тело сразу. Иначе людям может показаться, что мы милитаристы или что-то в этом роде, а это, конечно же, не так. Я просто хорошо себя чувствую в военной форме, она мне нравится.

Скорее всего, я умер в 40-м году, когда мы все еще побеждали. Если бы я умер в 50–51-м году, когда тибетцы проиграли, я бы сегодня, наверное, был пацифистом.

21 *Что этот прибор на вас значит? Что он дает вам, и почему вы кладете его на голову людям, которые к вам подходят?*

Этот прибор — так называемое гао, тибетский переносной алтарь. Он у меня уже почти 30 лет, и я успел полностью впитать его энергии. Я мог бы давать благословение и просто рукой. Но я знаю, что в ходе своего развития люди относятся к вещам очень лично. Особенно они проецируют на учителя свои взлеты и падения. Итак, если кто-то получит благословение от моей руки, а потом у него возникнут препятствия и он начнет думать, что я нехороший, то он потеряет благословение. Если же человек думает, что он получает благословение от гао, то не станет же он обвинять эту коробочку. Даже не любя меня, он сохранит благословение. Так что это практический способ помощи, исключающий фактор личной скванности.

Эту коробочку наполнил Шестнадцатый Кармапа, чтобы я мог благословлять от его имени. Так что это дает людям также связь с ним.

22 *Есть ли что-то такое, чего вы боитесь?*

Нет. Но есть некоторые вещи, которые мне не нравятся. Мне не нравится, когда люди действительно вредят друг другу. Я понимаю, что причина этого в том, что они вредили друг другу и раньше, а в результате то же самое будет происходить между ними в будущем. Меня беспокоят пытки. Я могу понять, когда кто-то на кого-то нападает, я могу понять, когда кто-то воюет, но если кто-то уже проиграл и бессилён, то я не могу понять, как его еще могут мучить. Мне просто непонятно такое мышление. Это меня очень беспокоит.

Но что касается меня самого, то я прыгаю с парашютом, езжу на больших мотоциклах...

Что-то вроде героя.

23 *Как вы относитесь к рок-музыке? Слушаете ли что-нибудь?*

Она мне нравится. Мне также по душе рэп. Если у исполнителей коэффициент интеллекта ниже 80 единиц, то обычно у них получается действительно хороший продукт. Есть ритм, нет усложнений, хотя тексты не очень хороши. Они глупые. Там говорится, например, много неприятного о женщинах. Но ритм хороший.

Есть еще люди под названием «Продиджи», они — очень классные. По-моему, они белые, из Англии. Это

просто хороший ритм, они не прикидываются, что они умнее, чем на самом деле, и это легко и искусственно, и мне нравится. Кстати, я люблю рэп также потому, что часто езжу на машине по Европе, и он мне бывает нужен, чтобы не засыпать за рулем. Я часто езжу со скоростью 250 км в час, на мотоцикле или на машине. Бетховен здесь не поможет, но если у вас есть рэп, то вы не заснете. Полезно для выживания.

24 *Вы стали буддистом. Я бы хотела спросить, изменения происходят постепенно или скачкообразно?*

Это во многом зависит от вашей исходной позиции. У меня они были скачкообразны. В 68-м году мы с женой встретились в Непале с Лопеном Цечу и Кармапой. Кармапа положил руки нам на головы, мы увидели свет, и Кармапа стал больше неба. Это действительно нас изменило.

До этого я четыре года был боксером. Кроме того, я занимался контрабандой и два-три раза в неделю дрался где-нибудь в Копенгагене. И дело не в том, что мне нравилось бить людей, просто я был необуздан.

Кармапа действительно нас изменил. И он использовал то место, где наше эго не было защищено, — сочувствие. Здесь эго не может защищаться, и мы просто растаяли. Он был великим учителем.

Вот как это было в нашем случае. Это произошло 22 декабря 1969 года у Ступы Сваямбху в Катманду.

Спасибо за ваш вопрос.

25 *Я слышала о вашей молодости, довольно беспорядочной. Что случилось с вами в Тибете? Почему вы поверили в буддизм?*

Я до сих пор дикий, просто я организованный. Я езжу со скоростью 250 км в час на своем мотоцикле, прыгаю с парашютом, совершаю прыжки «банджи».

Я не стал менее диким, но моя дикость стала организованной. Мне всегда интересно выяснять, как работает ум, и я всегда исхожу из того, что, узнав свой ум, я смогу впоследствии помогать другим. Ведь, не зная жизнь, не зная ум, я буду как слепой поводырь. И в старые дни, когда я дрался на боксерском ринге, занимался контрабандой и так далее, для меня тоже главным был поиск природы ума. Я всегда старался выяснить, на что способен ум, какие возможны ощущения.

Поэтому я так хорошо понимаю россиян, поэтому у нас такая хорошая связь с вами — нас роднит вольный казацкий дух. Мои предки-викинги и ваши первопроходцы в Сибири, осваивавшие эти обширные просторы, очень похожи. Мы любим сильные ощущения.

Я встретился с очень необычным человеком по имени Кармапа. Сначала я встретился с Лопеном Цечу, который еще жив и приезжает в Россию. Он возложил руки мне на голову, я увидел свет, и это произвело на меня сильное впечатление. Потом — Кармапа. Он признал во мне того, кто защищал его также и в прошлых жизнях. В восточном Тибете.

Я все еще помню бои с китайцами в горах восточного Тибета в защиту мирного населения. Я до сих пор могу воскресить перед своим мысленным взором эти события 30-х годов — моей прошлой жизни. В 1986-м году мы совершали тайное путешествие по восточному Тибету, посещая места, где не ступала нога белого человека, — места, которые китайцы полностью закрыли для посещения. И мы с моей женой многое там узнавали.

26 *Кармапа оставляет подробное письмо перед уходом. Оставьте ли вы такое письмо? Где вас можно будет найти?*

Нужно искать самого плохого мальчика из всех — веснушчатого, который дерется со всеми, залезает на все деревья и всегда задирает юбки девочкам. Это и будет мое новое воплощение. Я был таким в этой жизни, почему я должен быть другим в следующей?

Да, наверное, я оставлю какие-то знаки.

27 *Оле, какой марки твой мотоцикл?*

У меня нет никакой собственности — ни дома, ни машины. Но благодаря доброте друзей у меня есть доступ к использованию разных вещей. В Европе мы можем пользоваться довольно хорошими машинами. Мы приобрели за 10 000 долларов автомобиль BMW — 5 литров, 12 цилиндров, 300 лошадиных сил. Он очень хорошо ездит. Пробег — 190 000 километров. Мы также купили «мерседес» за 8–9 тысяч долларов — около 180 лошадиных сил, 2,6 литра. На этих машинах мы ездим по Европе, и они принадлежат нашей организации, КKD. Другие организации платят по 50 000 долларов за машины, так что мы их приобрели довольно дешево.

Кроме того, в Европе я могу пользоваться мотоциклом BMW-1200 – 6 скоростей, 4 цилиндра, горизонтальный двигатель. Очень хорошо ездит. У него около 135 лошадиных сил — для двух колес это много.

В Америке я могу использовать «кавасаки-1100», у которого около 140 лошадиных сил. Так что мне везет.

Я наслаждаюсь скоростью и движением, Кати и Ханна любят быть на заднем сиденье. Каждый год

я позволяю себе уйти на три дня в отпуск, и тогда мы с друзьями на семи мотоциклах преодолеваем двадцать перевалов в Альпах — главным образом, в швейцарских, австрийских и итальянских Альпах. Около семи перевалов в день. Это занятно. По вечерам я все равно даю поучения или занимаюсь рукописью, так что и это неполный отпуск.

Мне приходится быстро учиться, потому что люди, с которыми я езжу, — действительно хорошие водители. Они ездят шесть месяцев в году, и ездят быстро, а я могу вырваться только на три дня и должен от них не отставать. Это не так-то легко. Но думаю, что пока им не приходится меня ждать. А иногда они, наверное, качают головой, когда я делаю что-то такое, чего они не стали бы делать.

На самом деле, два раза мы с Кати действительно почувствовали, как нам помогли Будды. Дважды меня стало заносить на повороте — один раз вдруг мокрой стала дорога, а в другой раз, в Швейцарии, я не заметил поворота, так как мой шлем был полон воды. И, как только обнаружил это, я бросил мотоцикл вниз и уже думал о милой девушке сзади меня и надеялся, что авария будет небольшой. Скорость была около 140 км в час. И тут будто тысяча рук схватили меня, затрясли, удержали, и я поехал в верном направлении. И как вы думаете, кто мне помог, чьи это были тысяча рук? Белый Зонт, Дукар. Я совершенно уверен, что это была она. В других случаях это был Черный Плащ. Он просто убирал разные вещи с пути, например, дорожные знаки. И в очень многих случаях в моей жизни я поистине был защищен. Так что я имею все основания думать, что Будды есть. Но, может быть, мне нужно постараться меньше загружать их работой, кто знает.

Кати мне подсказывает, что не нужно бездумно рисковать. У нас есть люди, которые попадали

в аварии. Не стоит просто пробовать: «Что из этого выйдет?» У нас был отличный парень в Новосибирске, бывший десантник по имени Дима. Настоящий тип героя, в него влюблялись все девушки. Но он просто не был хорошим водителем. Некоторые люди обладают всевозможными хорошими качествами, однако они не точны, не способны на точность в вождении. И я не раз говорил ему: «Дима, не ездь без ремня безопасности!» Но он думал, что он умнее своего учителя, и погиб. На дороге близ Горно-Алтайска машина стала скользить, перевернулась, и он вылетел из машины и разбился о дерево. А ремень безопасности удержал бы его внутри.

Итак, я вам говорю не напиваться и пользоваться презервативами, когда встречаетесь с партнером впервые. Но я говорю вам еще одну вещь: пристегивайте ремень безопасности. Я знаю, что очень многие считают, что они храбрые, и не делают этого. Но у Ханны дядя работает в больнице, куда доставляют людей после аварий, и он говорит: «Я встречаюсь только с теми людьми, которые пристегиваются». И если спросить его, почему, то он скажет: «Всех остальных сразу отвозят в морг».

Так что — пожалуйста, делайте так, ладно? Ради меня. Не будьте храбрее своего учителя. Даже если водитель думает, что вы ему не доверяете, и поэтому пристегиваетесь, говорите: «Мой учитель сказал мне это делать».

В неудачной ситуации достаточно скорости в 30 км в час для смертельного исхода. При столкновении на скорости 30 км в час ваши руки должны удержать 5 тонн. Вы не можете удержать 5 тонн, и это приходится делать вашему лицу и вашей грудной клетке. Это не полезно для здоровья. Вот, мама говорит, что все должны пристегиваться ремнями безопасности.

Да, я тоже бываю осторожен и пристегиваю ремень. Если я сам не буду делать то, что говорю, то в моих советах не будет силы.

Это особенность предоставления защиты другим: если я не буду делать то, что говорю, моя защита лишится силы. Поэтому я сам тоже это делаю.

Ваши друзья на мотоциклах — буддисты?

Да. Более того, они делают хорошую работу в центрах, — это условие участия. Иначе нас было бы сто.

28 *Встречались ли вы в прошлой жизни с датским принцем Гамлетом? Если да, то каково ваше впечатление?*

Его звали Гамлет, и он жил, вероятно, на севере Зеландии, близ Эльсинора, около 12 столетий назад. Шекспир услышал эту историю от датских моряков, у которых, кстати, была очень плохая репутация в Англии. Однажды в Лондон прибыл с визитом датский король, и он так напился, что сжег полгорода. Ужасная история. Это отражено также в произведениях Шекспира — он пишет «пьяный, как датчанин», и так далее.

Не помню, встречался ли я с Гамлетом.

29 *Какую пользу приносят простирания и какой ваш опыт?*

Мой опыт такой, что мое тело превратилось из господина с трудным характером в дружелюбного слугу. Раньше тело приносило трудности — ему всегда хотелось отдохнуть, посидеть на мягком. Оно мешало мне делать то, что я хочу. А теперь оно делает то, что должно делать.

Может быть, и не совсем, — на этот раз я был болен в ходе всей поездки по России. У меня никак не хватало времени окончательно избавиться от гриппа или простуды, которую я подхватил. Но, несмотря на то что мне приходилось заползть на стул, с которого я учил, и меня бросало из жара в холод и обратно, все же все мои лекции, по-моему, прошли нормально. По крайней мере, никто не ухаживал и не бросался помидорами или яйцами, так что можно себе представить, что люди получали какое-то удовлетворение.

Когда можешь сделать так, чтобы тело делало то, что ты хочешь, а не наоборот, то у тебя появляется добрый друг. И это — результат простираний. Кроме того, они удаляют всевозможные виды гордости. Но это делают и многие другие практики.

30 *Мы поздравляем вас с вашим днем рождения, который будет завтра!*

Спасибо.

Придаете ли вы значение таким праздникам?

Нет.

А почему?

Я, конечно, знаю, что есть какое-то астрологическое значение дня, в который человек родился. Но я не хочу этого знать. Я просто хочу делать то, что здесь и сейчас, перед моим носом. Остальное слишком сложно.

В эмоциональном плане не так важно, кто когда родился. Конечно, соберутся мои друзья, им это нравится, — ну а я буду рад, что они рады.

31 *Вы все время в пути, но есть ли у вас какое-либо место жительства?*

У меня нет дома, но есть в нескольких местах комнаты, где хранятся мои вещи. Ближайшее такое место — Петербург, второе по близости — Варшава.

32 *Какие материальные вещи имеют для вас самое большое значение?*

Быстрые средства транспорта и связи. Быстрые мотоциклы и машины, а также телефоны, факсы и электронная почта, которые работают.

33 *Помните ли вы, как впервые влюбились в прошлой жизни?*

Нет, я не помню. Очень трудно помнить что-то из прошлых жизней. Например, и в этой жизни люди не помнят, как они родились, не помнят свои первые годы.

Все, что я помню, — это несколько сцен боевых действий в горах восточного Тибета. Я защищал людей и также проводил их по долинам в места, где они могли жить в мире. Я, наверное, помню в общей сложности около получаса из этих сражений. И я знаю, что это моя прошлая жизнь, потому что у нас были автоматы — не очень хорошие, но были. Их изобрели во время Первой мировой войны. Это, должно быть, 30-е годы.

В 1986 году мы с Ханной совершили тайное путешествие в восточный Тибет и побывали в местах, где не ступала нога белого человека и которые строго закрыты китайцами для посещения. Мы передвигались в кузове грузовика и верхом на лошадях. Это было поистине увлекательно. У меня было странное ощущение, когда я благословлял людей прямо

из седла. Ты приезжаешь, люди как-то понимают, что ты являешься ламой, и подходят и подставляют голову. Я всегда надеялся, что лошадь не отдавит им пальцы на ногах.

Как они распознавали в вас ламу?

О, они сразу чувствуют. Особенно восточные тибетцы, воины по своей натуре. Центральные тибетцы больше напоминают гренландцев. Они не очень храбры: небольшого роста, с круглыми лицами, не очень сильные. Но восточные напоминают казаков или викингов.

В нашу первую поездку мы проболели 10 дней в западном Китае, в городе Чэнду. Я решил тогда: «Если умирать — то в Тибете», и мы полетели в Лхасу. На следующий день я оказался у Джокханга, святого места в Лхасе. Я был в армейской одежде, как обычно (я все время в пути, и мне нужны большие карманы). Я стоял и смотрел по сторонам, и тут эти воины-кхампы стали меня обступать и присматриваться. И вдруг один из них подошел и уткнулся головой прямо мне в живот. Я его благословил, и после этого я провел два часа, благословляя тысячи людей в самом святом месте Лхасы. При этом на мне не было ни кусочка красной материи, которая составляет обычную униформу лам.

Это было ужасно трогательно.

34 *Зачем вам так много карманов? Что у вас в них?*

Я все время в разъездах. Здесь у меня нож, здесь — русские деньги. Инструкция к новым часам, которые мне подарили. Палочки для чистки зубов — очень хороший друг. Американские деньги. Я кочевник, поэтому нужно так много карманов.

А сумками вы не пользуетесь?

Сумками мы тоже пользуемся. Но карманы — для быстрых нужд. На самом деле у нас слишком много вещей. Мы все еще таскаем с собой то, что никогда не используем. Наверное, это какая-то привычка, компенсирующая отсутствие у нас дома. Мы каждый день в новом месте. Тогда просто забираешь вещи с собой, психологически.

35 *С днем рождения вас! Были ли вы в трехгодичном ретрите?*

Я не проходил трехлетнего ретрита, потому что даже в своих самых диких мечтах не мог бы себе представить, что стал бы так долго придерживаться безбрачия. Даже одна ночь без любви для меня наказание. Если бы мне пришлось сидеть и смотреть только на мужчин, я бы выпрыгнул из окна. Это могут делать люди с другой внутренней химией, чем у меня.

Кроме того, мы спрашивали нашего учителя, Кармапу. Моя жена немного лучше и нравственней, чем я, и она спрашивала его пару раз. Он отвечал: «Нет, если вы уйдете в отшельничество, кто станет основывать для меня центры?» И он также говорил: «Я обещаю вам, если вы будете следовать тому, что я говорю, то у вас будет такое же развитие, как у тех, кто в отшельничестве, и много силы и веселья сверх этого».

И я сказал: «Большое спасибо».

На самом деле, четыре года, которые мы провели в Гималаях, были почти ретритом. Просто это был не монашеский ретрит, не ретрит с безбрачием. Но мы получали там поучения и выполняли разные практики.

36 *Назовите, пожалуйста, ваше духовное имя, имя вашего учителя и название течения буддизма, к которому вы принадлежите. Так будет легче вас понимать.*

В день новолуния в сентябре 1970 года в Сиккиме, в Гималаях, я принял имя Карма Лоди Джамцо, что означает Океан Мудрости.

Учителя, который дал мне это имя, зовут Кармапа. Он — первый сознательно перерождающийся лама Тибета. Он делает это начиная с 1110 года и принял уже 17 воплощений. Ученик ученика Четвертого Кармапы стал первым Далай-ламой. Таким образом, Кармапа считается царем йогов Тибета.

Наша линия преемственности называется Карма Кагью.

Есть одна линия, которая использует то, что осталось от первой волны прихода учения в Тибет около 750 года. Эта первая волна затем была уничтожена шаманистами. Эта линия называется Ньингмапа.

Далее, есть школа, которая возникла около 1450 года. Она работает лишь с небольшим количеством поучений — с теми, которые можно найти также в Индии, несмотря на то, что библиотеки и места обучения уничтожались там много раз. Эта школа называется Гелугпа, Школа желтых шапок, или Добродетельные.

Далее, есть две школы, которые имеют и старые, и новые поучения. Одна называется Сакья — они немного более буржуазные и благонравные, а другая — Кагью: это мы, и мы довольно дикие.

Итак, я — Карма Кагью.

Учителем является Гьялва Кармапа.

Мы недавно обхитрили китайцев. Почитайте книгу «Жулики в рясах», написанную Томеком

Ленертом, — там все это описано. Увлекательная книга, она есть в нашем магазине.

37 Если «я» — иллюзия и вы от нее уже избавились, — с кем мы сейчас общаемся?

Надеюсь, с лучезарным осознанием. С сильным внеличностным желанием того, чтобы у вас была хорошая жизнь.

Дело в том, что, когда перестаешь думать о себе, высвобождается много энергии для работы с другими:

- если все время думать «я» — то есть много жестких идей, и трудно раскрыться;
- если же думать о других — то все просто течет само собой.

Я скажу вам, как это ощущается:

- это ощущается так, будто вы не являетесь своим телом, — оно у вас есть. Ваше тело — это инструмент, то, что вы используете для блага других;
- это ощущается так, что вы никогда не натываетесь на стену, но вокруг каждой ситуации всегда есть пространство. И присутствует постоянное ощущение счастья. Но это не так, что вы думаете: «Ага, мне хорошо!» Счастье является природой всех вещей. Не знаю, как еще это объяснить. Вы всегда свободны.

38 Какие небуддийские книги произвели на вас впечатление?

Если я правильно помню, весной 66-го года я прочитал книгу «Плоть и кость Дзен». Идеи, изложенные в ней, показались мне очень интересными. Это не было настоящим дзен-буддизмом, и она не очень

хорошо была написана. Это, наверное, была наша первая книга. Затем, когда мы жили в Гималаях...

Простите, небуддийские.

Ах, небуддийские? Простите.

Мне нравится стиль древних германских саг. У нас их довольно много.

Церковь не все смогла разрушить в германской культуре, так как многое было высечено на камне.

В то время как у славян большинство вещей было написано на дереве, и их легко было уничтожить. У нас осталось больше старины.

Я особенно интересовался старыми исландскими сагами.

Кроме того, мне всегда очень нравился Олдос Хаксли, его философия.

Мне нравился также Хемингуэй, Стейнбек. Вообще-то, меня не так интересовала художественная литература — я всегда больше интересовался фактами. Я любил листать словари, страница за страницей, и это производило на меня большое впечатление.

В моей жизни хватало волнующих событий, и мне не нужно было черпать их из книг. Мне нужны были факты.



Политика и экономика. Глобальные процессы

1 *Как вы относитесь к так называемым антитеррористическим операциям на Кавказе?*

Я думаю, что они совершенно необходимы. Мне ужасно больно от того, что это происходит, мне это вовсе не нравится. Я такой человек, что не поленюсь открыть окно сложной конструкции, чтобы выпустить муху. Но нет сомнения в том, что Россия должна защищать свои интересы на Кавказе.

Я думаю, что этой народности свойственен особый боевой характер, и на самом деле меня впечатляет, что такое небольшое число людей может так долго сопротивляться такому большому числу.

Они наверняка достойны уважения за их мужество. Но у России нет другого выбора.

Сожалею.

Не стану ничего больше говорить. Конечно, лучше было бы избегать страданий, но нужно также и заботиться о будущем.

2 *Как вы относитесь к прошедшей гуманитарной акции НАТО на Балканах?*

Это было очень недальновидно и глупо. Это подарило исламу большой кусок Европы, а те, кто это затеял, не понимали, к чему это приведет. Совершенно ясно, что северную часть Косово нужно было отдать сербам, южную — албанцам, и на этом все бы закончилось.

Американцы всегда стремятся быть моралистами. Они хотят, чтобы люди жили вместе, как послушные дети, в то время как те ненавидят друг друга и убивают при первой возможности. Они хотят, чтобы в других странах делали то, чего у них самих не получается.

В Америке социальное положение человека можно определить по цвету его кожи. Как и везде в мире. Чем светлее кожа, тем выше положение в обществе. Их собственные негры живут в гетто.

Я считаю, что бомбежки были совершенной глупостью. Сербы начали убивать албанцев, когда американцы начали бомбить. До того они просто их выгоняли, что, конечно, тоже некрасиво. Но настоящие преступления против человеческой жизни произошли после начала бомбежек. Теперь у нас будет много проблем из-за всего этого.

3 *Вы следите за политическими событиями в нашей стране? Что вы о них думаете?*

Да, слежу, и довольно внимательно. Я всегда читаю газеты, когда есть время, — также и потому, что люди спрашивают меня о разных вещах. Я полагаю, что у вашей страны и у всего Запада очень похожая ситуация.

Большинство людей не хочет себе в этом признаться, но наши гуманистические ценности подвергаются очень серьезному нападению со стороны радикального ислама.

Свобода наших женщин, созданные нами демократии могут очень легко быть потеряны, если мы не будем бдительны. Я вижу две большие проблемы в мире:

- 1) перенаселенность — которая не является проблемой для России;
- 2) и радикальный ислам — который является проблемой для России.

Конечно, я слежу также и за тем, что приходит Путин, а другой парень, Степашин, уходит, но для меня это просто волны на море, это — не так важно. Важным является грядущее столкновение между свободой и подавлением.

4 *Почему такая прекрасная вещь, как положительная мотивация, не помогает культурам, практикующим буддизм, достигать высокого уровня развития цивилизации?*

Во-первых, конечно, люди не очень-то следуют тому, что говорят религии. Но все-таки я сказал бы, что, по крайней мере, в материальном смысле некоторые буддийские культуры продвинулись довольно неплохо.

В Японии дела идут неплохо, на Тайване, в Гонконге. С другой стороны, в таких странах, как Бутан, царит средневековье, но там очень хорошая атмосфера — хорошее внутреннее развитие. В Тибете ситуация была весьма неоднозначной, поскольку не очень хорошим было правительство.

В общем, я думаю, что у буддистов, как и у большинства людей, одни общества немного лучше, другие — хуже.

Но общий уровень человеческой удовлетворенности — это мое субъективное мнение — выше, чем в христианских обществах. По крайней мере, я так считаю. Там больше счастья. Может быть, я ошибаюсь, но у меня в общем сложилось такое мнение. И там меньше ревности.

5 *Люди, которые предаются религии, в основном бегут от реальности. Кажется, что бизнес и духовные искания несовместимы. Так ли это на самом деле?*

Если у вас хорошо получается заниматься бизнесом, то у вас, наверно, хорошо все будет получаться в религии, а если у вас не получается заниматься бизнесом, то в религии вы, скорее всего, тоже не преуспеете.

Сообразительность можно направить туда или сюда, или и туда, и сюда. Среди наших буддистов есть много очень умных, преуспевающих и высокообразованных людей.

6 *Могут ли какие-нибудь принципы буддизма помочь в бизнесе?*

Да, честность. Если вы нормально обращаетесь с людьми, то и они будут хорошо относиться к вам.

Если вы обманываете или оскорбляете их, они становятся вашими врагами. Важна честность, понимание, что вы не можете выиграть, если не выигрывают другие. То есть не должно быть так, чтобы кто-то выигрывал, а кто-то проигрывал. Все должны в чем-то

выигрывать. Это — буддийские принципы, которые избавили бы российский бизнес от многих драм и принесли бы много пользы людям.

Вы не можете выиграть, если другие теряют. Можно выиграть только в том случае, если все получают удовлетворение.

7 *У нас часто бывает так, что честный и порядочный человек не имеет успеха в бизнесе. Как это можно объяснить?*

Ему, значит, недостает смекалки. Нужно еще и соображать, недостаточно просто быть дружелюбным.

Но общая идея должна заключаться в том, чтобы все получали пользу. Иначе деньги подобны горячей картошке: вы держите ее несколько секунд и затем роняете. Я не говорю о том, чтобы заработать немного сегодня и потерять завтра.

Я говорю о последовательном, неуклонном росте. Этого можно добиться только на основе прозрачности, дружеского подхода и объяснения людям того, что происходит.

8 *Как вы представляете себе государство, президент которого — буддист?*

Вероятно, это будет мирное, приятное место, не подверженное крайностям. Там будет довольно много интересного в культурном и человеческом плане, намного меньше насилия, чем, например, в мусульманской стране.

В Таиланде буддист не президент, а король, и это очень мирное и приятное место. То же касается Бутана, они дружелюбны. Если нет бога, который

говорит вам, что делать и чего не делать, вам легче расслабиться. И это чувствуется в буддийских странах. Люди попросту не напряжены.

9 *Существует ли центр человеческого развития на Земле, откуда посылается энергия так, чтобы человечество могло развиваться?*

Я думаю, что каждый — сам себе центр. Кроме того, бывает так, что в определенных местах встречается некоторое количество хороших людей, и это дает им больше способности, больше силы.

И бывает, что появляются энергополя. Например, мы вчера медитировали с нашей группой в Бурятии, и мы делали такую же медитацию на Будду, какую будем делать сегодня, но я никогда не видел Будду таким сверкающе-золотым. И я уверен — причина в том, что в зале было много людей со старыми буддийскими корнями.

С другой стороны, я также понял, что им нужны поучения, потому что было почти невозможно сделать Будду прозрачным. И это может означать, что некоторые высшие поучения, о пустоте и так далее, потеряны в этих краях. Сохранилась преданность, основное энергополе, но сюда снова нужно принести объяснения. Что мы успешно и делаем.

10 *Если начинать свое дело, открывать магазин здесь, в России, то в нем обязательно должны быть водка и сигареты, иначе дело не будет успешным. Может ли это делать буддист? Какой должна быть мотивация, если это делать?*

Мотивация должна быть такой, что лучше пусть вы будете делать это с сочувствием, чем кто-то другой из жадности. Или вы можете поступать, как Вилор — взамен белого яда, водки, приучать людей к изысканному вкусу различных хороших вин.

Таким образом вы постепенно будете уводить людей от непосредственной интоксикации и отравления, от механических вредных привычек будете приводить их к чему-то осмысленному. Маленькая проблема лучше, чем большая проблема. Если продаете сигареты, продавайте те, в которых наименьшее содержание смолы.

Выясняйте, в какой степени они ядовиты, и продавайте те, где яда меньше. Вообще, больше всего людей привлекает хорошая атмосфера.

Ты красивая женщина, и если ты сможешь, кроме всего прочего, еще улыбаться людям, дарить им какое-то тепло, проявлять к ним заинтересованность, то, я уверен, ты сможешь давать людям благословение, которого нет в бутылках.

Человеческая теплота. В любом случае люди ищут именно этого.

11 *Вы уже давно путешествуете и наблюдаете, что происходит в мире. Интересуетесь ли вы политическими или какими-нибудь другими событиями? Каким образом вы получаете информацию, когда вас что-то интересует?*

Я испытываю огромный интерес к тому, что происходит в мире. Все, что я делаю, вытекает из желания, чтобы люди были счастливы и не страдали.

Например, сегодня я очень надеюсь на то, что Россия тоже скоро вступит в НАТО. Я думаю, что это

было бы естественно. В мире больше нет противостояния Восток–Запад, а есть противостояние Юг–Север.

И Россия, несомненно, относится к богатым странам с хорошим образованием и низким уровнем рождаемости. Между нами нет разделения, оно совершенно надуманное. Опасность исходит от радикального ислама и перенаселенности, и эта опасность угрожает всем. Для вас это талибы и Чечня, для нас — Турция и Северная Африка.

У нас одни и те же проблемы, и нам нужно стоять плечом к плечу, не должно быть разделения.

Я считаю очень хорошей газетой «Геральд Трибьюн». Сейчас я, кстати, с большой радостью читаю «Москоу Трибьюн». По дороге из Владивостока у нас все время было с собой радио, но мы не могли ничего поймать. В любом случае, мы слушаем только Би-би-си, только им мы доверяем. Я не доверяю радиостанции «Голос Америки». Но Би-би-си довольно точно отражает события. На самом деле, когда Горбачев вернулся из Крыма, где его заперли, он сказал то же самое — что Би-би-си лучше всех.

Таким образом, я стараюсь следить за событиями в мире, насколько могу. Немецкий журнал «Шпигель» весьма неплохой. Я не читаю по-русски, поэтому не знаю, какие газеты лучше у вас. Но, конечно, я помню анекдоты времен холодной войны о «Правде» и «Известиях». Эти газеты наверняка теперь изменились.

Мои взгляды отличаются тем, что я всегда смотрю на пятьдесят или сто лет вперед. И сейчас самое важное в мире — у каких матерей рождаются дети и какое воспитание они получают. Если их учат быть мучениками и у матери рождается в среднем семь детей, как в некоторых странах, то это опасно.

А в наших странах детей учат быть мечтателями, поэтами, изобретателями — свободными и мирными людьми, — и матери рожают одного или двух детей.

Возникает опасный дисбаланс. Вот о каких вещах я думаю.

И как вы думаете, что нас ожидает лет через сто?

Есть две возможности:

- первая — богатые страны в зонах умеренного климата в северном и южном полушариях защищаются при помощи атомных бомб, а коричнево-черный пояс вокруг экватора совершенно перенаселен, и там постоянно происходят войны;
- вторая — нам удастся убедить бедные страны рожать меньше детей; тогда у нас может быть довольно приятный и цивилизованный мир, в котором можно будет поехать в Африку и встретить там образованных людей, или поехать в Южную Америку и встретиться с людьми, которые ничем не больны. Это зависит только от одного — сможем ли мы побудить бедные страны производить меньше детей.

Как можно этого добиться?

Я думаю, что нам нужно будет им платить. Например, мы даем деньги семье, пока в ней один ребенок, и больше не платим, если рождается второй. И это должно касаться как гетто в богатых странах, так и самих бедных стран.

Сто лет назад нас было в мире один миллиард. В октябре этого года нас станет 6 миллиардов.

И если мы не остановим рост населения, то к 2050 году нас будет 11,5 миллиарда. Последний миллиард появился за 12 лет.

И люди рождаются не в Австралии, России или Дании, а в странах, которые уже перенаселены и охвачены страданием.

Можно понять, что они заводят детей, так как это — их социальные гарантии. Если у них будет много детей, особенно мальчиков, то есть шанс, что

те будут кормить родителей в старости. Но это тянет вниз весь мир.

Мы стоим перед выбором: количество или качество. И я предлагаю выплачивать людям в бедных странах пенсию, когда им исполнится 60 лет, если у них нет детей или всего один ребенок. Китай с населением в 300 миллионов человек, Индия с 200 миллионами и Африка с 200–300 миллионами были бы раем.

Могли бы выживать животные, была бы свобода и прочие преимущества, мы могли бы обеспечить всем образование. Мы могли бы заботиться о развитии различных культур в мире, делиться со всеми пользой от тех лекарств, которые есть у нас.

И это был бы поистине приятный, цивилизованный мир. Иначе же это будет разделенный мир резких контрастов, и будет тяжело.

Для нас нехорошо видеть, как страдают люди в бедных странах, и, кроме того, мы никогда не получим обратно власть, которую дадим нашим правительствам для того, чтобы предотвратить наплыв иностранцев. Так что лучше удалять причину, чем следствие.

Вот что я вижу.

12 *Какое впечатление произвела на вас Россия за эти недели, во время вашей поездки с лекциями по российским городам?*

В последние 10 лет я провожу в России около двух месяцев каждый год. Я, как плохая погода, появляюсь все время.

Действительно большие перемены пришлось на конец горбачевских лет, конец 80-х. Мне тогда впервые удалось заставить русских разговаривать друг

с другом. До того они сидели рядом, как куски льда, и каждый думал, что сосед — из КГБ.

В то время обнаружилось, что Сталин убил 50 миллионов, и все это достигло таких размеров, что пришлось дать свободу людям.

И с тех пор с каждым моим приездом — и в кризис, и не в кризис — я замечаю, что россияне становятся более добрыми, открытыми и любознательными.

Я не «святой» не от мира сего — я хорошо знаю мир. И на этот раз меня очень порадовало то, что теперь на месте многих иностранных продуктов можно видеть продукты российского производства.

Я этому очень рад, поскольку это настоящий путь вверх. Путь вверх — это собственное производство, а не продажа нефти, газа и леса.

Конечно, мне больно видеть старых бабушек, у которых отняли мужчин КГБ или война, когда людей почти безоружными посылали против немцев. Как и в случае с Чечней, куда посылали 17-летних детей, почти никогда не стрелявших из автомата.

Мне больно видеть, что эти старые женщины, которые пережили столько потерь, сейчас терпят бедность. Одно дело быть бедным в теплой стране, но бедствовать в холодной стране — плохо.

Помимо этого, россияне — все более «искристые», добрые и очаровательные люди. Если вы сможете избежать «красного террора» во время следующих выборов и выгнать номенклатурных динозавров из Думы, то, я полагаю, Россию ждет очень хорошее развитие. Надеюсь, что у вас достаточно хорошая карма для того, чтобы оно не сорвалось.

У вас есть все шансы. Ваш народ образован, обладает развитым самосознанием, и вы могли бы делать чудесные вещи.

Еще я надеюсь, что вы в скором времени присоединитесь к НАТО. Больше нет противостояния Востока

и Запада, но есть противостояние Юга и Севера: ислама и перенаселенных стран — с одной стороны, и цивилизованных стран — с другой.

У нас, в общем, богатые страны с небольшим населением, свободой и образованием, и нам нужно стоять плечом к плечу, для того чтобы у нас не отняли все это перенаселенные страны.

У нас одни и те же интересы и, даже если Россия не вступит в НАТО, нам нужно развивать как можно более тесное сотрудничество и помогать друг другу, когда возможно. У нас одна и та же культура, и это важно.

13 *Каким вы видите будущее России? Объединится она с Западом или с Востоком? Что для нее хорошо?*

Когда приезжаешь из Дании или Германии в Париж или Милан, чувствуешь себя в большей степени чужаком, чем во Владивостоке. Больше разница в менталитете. Германская и славянская зоны очень похожи в плане мировосприятия. Вы более артистичны, мы более организованны, но это во многом одна семья. У нас индивидуалистичная культура, где принимается в расчет человек, а не общество. И есть мечта о том, чтобы каждый мог найти что-то важное.

Для меня очень важным фактором является уровень рождаемости, так как он определяет будущее. Раскол Советского Союза я воспринял как большую удачу для России. Я успел к тому времени заметить, что люди в «станах» имеют по шесть-семь детей в семье, тогда как в ваших — один-два ребенка. Если бы эти люди могли приехать и устроить гетто у вас в Петербурге, Москве и других городах, то вашей культуре очень быстро пришел бы конец.

Сейчас вам важно найти свое богатство. И вы это сделаете. В мире нет более образованного населения, чем ваше, и нет населения, которое могло бы выносить так долго столько трудностей. Ваши лаборатории полны необычайных изобретений.

Несмотря на то, что на протяжении 75 лет вас убивали за то, что вы думали свободно, экспериментировали или шли на риск, все же вам когда-нибудь удастся перенести все из лабораторий на заводы и спустя некоторое время — с заводов на рынок.

Для России было бы совершенно естественно обеспечивать Запад множеством стиральных машин, множеством прочных автомобилей — не самых последних моделей, но таких, что долго держатся. Уже сейчас мы должны были бы получать от вас всевозможные материальные вещи. Из-за долларового кризиса вам пришлось прекратить бездумный импорт и вместо этого — думать самостоятельно и что-то производить.

Мы все — свободные страны с образованным населением и небольшим количеством детей. Сейчас есть противостояние Север – Юг. Между зоной арктического и умеренного климата, где есть свобода и люди живут богато, и коричневым и черным поясом вокруг экватора, который уже полностью перенаселен и где у людей нет никакой возможности дать своим детям образование и как следует о них заботиться.

14 *Какая карма у Латвии?*

Насколько я могу видеть, русские — весьма духовные люди, весьма теплые, а латыши более неторопливы и сдержанны и меньше склонны к экспериментам. Но, конечно, все в этом регионе будут становиться теперь богаче — рядом Скандинавия, Европа. Карма будет улучшаться.

Наверное, латыши должны быть рады, что здесь есть также русские, которые могут вкладывать сюда свою энергию, чувства, любовь к экспериментам, и так далее. Вначале вам казалось, что будет безопасно, если все будут одинаковы, но теперь вы обнаруживаете, что, когда разные люди могут вкладывать разные вещи, — это богатство.

Я считаю, что славянское культурное влияние проявляется во всем мире. У нас почти нет центров в Америке, Австралии и Новой Зеландии, где не было бы нескольких славян: русских, поляков, украинцев. Они подобны острию копья в культуре: они любят экспериментировать, всегда готовы открыться новому, и тем самым они способствуют прогрессу.

15 *Как работают центры Алмазного пути в Калифорнии и Нью-Йорке?*

Как и везде, на основе дружбы. Но, конечно, эти места весьма невротические. Там очень гибкие и изменчивые энергии, и работе не хватает устойчивости по сравнению с Европой. Однако у нас есть там чудесные люди, и они встречаются пару раз в неделю и медитируют, как и везде в других местах. Вы всегда можете их посетить, — они вам понравятся, очень приятные люди. Просто среда, в которой они работают, трудная: все время все меняется, и люди не умеют сосредотачиваться.

Многие люди думают, что Америка — одна страна, но вряд ли это так.

Это, скорее, — множество племен, скрепляемых долларом и полицией. Если проехать по Лос-Анджелесу, можно встретить 40 разных народностей, и никто из них не будет знать английского.

Во Флориде — вам повезло, если вы смогли найти чиновника, который говорит по-английски, а не по-испански. И все стремятся держаться ближе к своим, в результате чего страна расплзается.

Котла, в котором бы все варились, не получилось. Черные общаются с черными, коричневые — с коричневыми, и только желтые и белые идут на контакт друг с другом.

16 *Не является ли попытка решить проблемы черных со стороны белых культурной экспансией?*

У них в семьях по семеро детей, о которых они не могут заботиться, а у нас — один или двое детей, которых мы можем воспитать. Мы не хотим жить там, где они живут; мы просто хотим помочь им жить немного лучше.

Центральная Африка — ужасное место. Все вас кусает и жалит; сонная болезнь, муха цеце, СПИД — чего там только нет. Я не думаю, что белый человек захотел бы там жить.

Но мы хотим помочь им жить лучше там, где они живут, и поэтому стараемся помогать им иметь меньше детей.



Буддизм и другие учения и религии. Школы буддизма

1 *Около года назад, когда мы с вами встречались в Петербурге, вы предсказывали напряженность на юге России — буквально там, где сейчас происходят известные события в Дагестане. Как вы для себя объясняете, что ваши предсказания сейчас сбываются?*

Я читаю газеты почти каждый день — умные газеты, в которых пишут о политике, — и я наблюдаю за умами людей.

Даже если человек радостно может нести по роялю под мышкой и обладает всеми прочими мужскими достоинствами, внутренний центр у каждого из нас имеет женское свойство. То есть это пространство. Это значит, что те, кто настраивается против женского, притесняют женщин, наносят им вред, не позволяют им развиваться, — никогда не найдут покоя. Ведь тем самым они тревожат то пространство внутри себя, где только и возможен этот самый покой. В результате они дерутся то со своими братьями, то со своими

племянниками. Но, поскольку мир сейчас открывается, то очевидно, что все чаще они будут предпочитать нападать на тех, кто придерживается других взглядов, другого образа мышления.

В Западной Европе появились гетто: люди, приехавшие туда работать, создали, можно сказать, свои общества. Они пока не используют оружие, но все же становятся все более агрессивными. В Северной Африке людей убивают за то, что они не того вероисповедания. Вы, русские, очень хорошо знаете об Афганистане. То же самое — в Пакистане и других местах. Христианская женщина в среднем, наверное, рождает двоих детей, и им прививаются гуманистические ценности и так далее. А в бедных странах у женщины рождается в среднем семь детей, и многим из них говорят о мученичестве и мести. Это нечто совершенно другое.

Я уже много лет говорю, что это самая большая проблема. Но я думаю, что мы легко можем ее решить. Мы просто должны настаивать на том, чтобы женщины обладали равными правами с мужчинами, и платить людям за то, чтобы они не заводили слишком много детей, если не могут их воспитывать. Больше свободы для женщин, больше образования для детей, меньшее количество детей — это сделает и ислам более человечным. Нужно только позаботиться о том, чтобы это происходило.

Оле, все, о чем вы говорите, — это проблема ведь не религиозная: это проблема социальная в конечном итоге.

Нет, это религиозная проблема. Я должен признать, что было легко подкупить коммунистов, поскольку они ищут счастья в этой жизни. Однако очень трудно подкупить радикальных мусульман, так как они уже в душе отказались от этой жизни, — они хотят стать мучениками и потом хорошо жить в раю. Но, если мы

будем давить со всех сторон, может быть, что-нибудь получится. По крайней мере, проблема станет менее серьезной.

Говоря так, вы сами обостряете, в некоторой степени, эту конфронтацию. Ведь нельзя же запретить ислам во всем мире — точно так же, как нельзя запретить буддизм.

Я этого и не хочу. Я думаю, что, вероятно, есть люди, которым он вполне подходит. Наверное, с пустыней, традиционной средой ислама, такой тип мышления гармонирует. Но сейчас эти люди живут в нашем обществе, и это значит, что мы должны изменить и очеловечить ислам настолько, насколько это вообще возможно. Если мы будем вести себя как страусы — просто втыкать голову в песок и думать, что мира с его проблемами не существует, — то однажды мы столкнемся с очень большой проблемой.

Таким образом, нам нужно анализировать положение дел. Я не говорю, что у христианства нет недостатков, но, по крайней мере, оно уже не так фанатично. У нас есть и странные группы буддистов, особенно в Японии. У всех есть слабые стороны, но если что-то разрастается и становится очень опасным, то нам нужно, по крайней мере, принять это к сведению и посмотреть, что мы можем сделать для улучшения ситуации.

И все-таки, Оле: ведь любые разделения людей по религиозному принципу — это все равно дискриминация.

Вовсе нет. В Америке много христианских групп, которые называют себя «арийскими» и принимают только белых людей. В Америке есть очень большое движение негров-мусульман, и они утверждают, что белая раса возникла случайно из-за сумасшедшего ученого-негра 6000 лет назад. И нам нужно противодействовать таким вещам; мы не можем просто

говорить, что это религия, а значит — автоматически что-то святое. Если людей обижают, притесняют, если происходят поистине антигуманные и отрицательные явления, мы должны как минимум открыто говорить об этом. Иначе это будет действительно опасно.

Я позволю себе высказать свою точку зрения. На мой взгляд, любая религия, любое религиозное движение становится опасным, когда оно сплетается с властью и ее идеология становится двигателем для государственной политики.

Да, и поэтому мы должны заботиться о том, чтобы все было на виду, чтобы все было прозрачным. Религии должны быть так прозрачны, чтобы у них не было возможности делать что-то вредное. Наверное, в религиозных конфликтах было убито больше людей, чем в конфликтах межнациональных. Все цивилизации Южной Америки были уничтожены христианами, которые считали, что у них есть что-то лучшее. В средние века около 6 миллионов женщин были названы ведьмами и убиты. Нельзя просто говорить: «Это религия, это — святое».

Важнее и ценнее всего — свобода и счастье человека. А религии, социальные законы, демократия, прозрачность — все это способы обеспечения свободы и счастья. Неправильно говорить, что не следует критиковать религии, если они наносят вред людям.

Спасибо вам, Оле, за визит и за дискуссию.

Желаю вам успехов.

Я очень рад быть здесь.

Спасибо за ваши вопросы.

Я, конечно, знаю, что некоторых людей мои высказывания могут встревожить. Но я чувствую, что это моя ответственность; я полагаю, что если я что-то знаю, то я должен об этом и говорить. Иначе это все

равно что позволить людям утонуть, боясь сказать им, что там глубоко. И без того уже слишком многие так поступают.

Кроме того, будучи буддистом, я могу все это говорить, не становясь расистом или чем-то в этом роде. В основе мы все одинаковы; разница только в том, какие из наших возможностей наша культура позволяет нам развивать, а какие оказываются заблокированными. И здесь, я думаю, все должно быть прозрачно.

На самом деле я считаю, что все религии должны иметь то же, что и все наши продукты: описание состава. Такое-то количество надежд, такое-то количество страха, такое-то количество подавления, такая-то история... Тогда все смогут выбирать.

Вопрос в том, кто будет ставить под этим составом свою подпись.

Да, и также в том, кто читает книги. На самом деле религии просты — нужно только почитать книги. Они обещают именно то, о чем говорят. Вот вам и описание состава.

2 Почему мы используем ньингмапинскую передачу пховы?

Здесь нужно немного рассказать о школах тибетского буддизма.

- Школа Ньингма использует только то, что осталось после Гуру Ринпоче. Однако многое было потеряно, поскольку после его ухода из Тибета власть захватили бёнпо, шаманы. Его главная жена Йеше Цогьял не хотела заботиться о внешнем, о политике, хотела только медитировать. Бёнпо смогли стать сильными, и все было потеряно, кроме того, что Гуру Ринпоче спрятал. Он видел,

что произойдет, и спрятал поучения под землей, в пещерах, под водой — во многих местах. Таким образом, у ньингмапинцев есть то, что осталось от поучений Гуру Ринпоче.

- Далее, есть две линии преемственности, у которых есть и старая, и новая передача — Сакья и мы, Кагью. Новая передача пришла в Тибет с Марпой около 1050 года, через 300 лет после того, как Гуру Ринпоче принес буддийское учение в Тибет.
- Наконец, есть четвертая линия преемственности, которая на самом деле не тантрическая — это больше Махаяна. Они признают только те поучения, которые могут найти также в Индии. Большая часть этих поучений исчезла, поскольку мусульмане сжигали библиотеки, мыши съедали рукописи, и еще в Индии бывает сезон дождей, полгода идет дождь, так что много письменного материала вне Тибета было уничтожено. Это — школа Гелугпа.

На самом деле вся ньингмапинская передача является частью нашей передачи, — у нас она вся есть. Например, у нас с Ханной есть вся Маха-, Ану- и Ати-Йога ньингмапинцев. У нас есть вся Ринчен Тердзэ — Драгоценность Скрытых Поучений. Мы могли бы учить передаче Ньингма так же, как передаче Кагью. Просто мы — Кагью, и основываем свои поучения на этом.

Итак, когда есть что-то хорошее у ньингмапинцев — мы используем это, а когда есть что-то хорошее в передаче от Кармапы или Марпы — мы используем это. У нас нет с этим никаких проблем. Например, Третий Кармапа спас поучения Дзогчен ньингмапинцев от исчезновения. Он при этом взял оттуда те части, которые полезны для нас, и ввел их в наши поучения Великой печати, или Махамудры. Это никак не связано с авторским правом — если вы получили передачу, значит, она у вас есть.

Поскольку мы получили это от Кармапы, мы считаем его главным учителем. Если взять самих Кармап, то Второй Кармапа был излучением Гуру Ринпоче, другие учителя также имели с ним близкую связь. Просто Кармапа и Гуру Ринпоче очень близки друг к другу, как два радиоканала. Их трудно различить, поскольку у них очень похожая энергия. В то время как Цонкхапу, например, отличить очень легко. Он — совершенно другой. И по этой причине мы заботимся о том, чтобы одно не накладывалось на другое. Я скажу вам одну вещь: многие ньингмапинцы утверждают, что я являюсь излучением Гуру Ринпоче, поскольку он принес буддизм в Тибет, а я распространил его по всему миру. Я осуществляю непосредственное продолжение его работы. Я всегда получал от него огромное благословение; в трудных ситуациях он проявлялся как Дордже Пхурба и в других формах и поистине мне помогал. Просто оттого, что Кармапа и Гуру Ринпоче так похожи, может возникать запутанность. Я испытываю к нему глубочайшую преданность и благодарность, но если я начну каждый раз говорить: «Здесь — Гуру Ринпоче, здесь — Кармапа», то у вас все перепутается, и вы не будете знать, что есть что. Кармапа был одним из 25 главных учеников Гуру Ринпоче, по имени Тачог Херука, что можно перевести как Радостный с Лошадиной Головой, или Сильный с Лошадиной Головой. Это одна и та же семья, у нас очень близкая связь с ньингмапинцами. Но это не полностью одно и то же, и люди путаются.

Мы говорим, что есть три уровня — Тхеравада, Махаяна и Алмазный путь, внутри которого содержатся четыре вида тантры. Такое же подразделение используют Сакья и Гелуг. А ньингмапинцы говорят о «девяти янах», и это другая система. Просто лучше быть немного запутанным относительно чего-то одного, чем очень запутанным относительно многого.

Все равно вы все это не изучите. Так что достаточно знать, что это все — хорошее, во всем есть благословение Будды, и держаться за хвост ближайшей лошади, с которой свела вас карма. Я именно это имею в виду. Люди дискутируют, пока у них не отваливаются языки. Если вы почитаете мою книгу «Великая Печать», то вы увидите разницу в устройстве систем.

Просто это одна из тех вещей, которые отнимают больше всего времени и наименее производительны. В буддизме все просто. Мы не говорим, как христиане, «правильно — неправильно», не пытаемся никого убеждать. Мы считаем совершенно естественным тот факт, что разные шапки подходят для разных голов, и мы рады, если люди находят то, что подходит им.

Различия между школами можно почувствовать:

- ньингмапинцы — дикие и драматичные, любят дикие истории и пророчества и так далее. Очень интересно, многим людям это нравится;
- сакьяпинцы — буржуазны, они точно знают, что делать и чего не делать;
- если посмотреть на моих учеников, школы Кагью, мы — что-то типа дикого стада. И мы везде такие, не намного отличаемся от той картины, которую можно видеть здесь сегодня вечером. Каждый раз, когда происходят большие буддийские собрания, нас все узнают: мы самые шумные, и у нас больше всего трясутся палатки по ночам. Очень легко нас узнать, ничего трудного;
- и еще есть гелугпинцы, которые немного напоминают пансион — все чинно-благородно. Их название означает «Добродетельные».

То есть стиль отражен в названии:

- Ньингмапа означает «Люди старого стиля»;
- название Сакья связано с местностью в Тибете;
- Кагью означает «Устная передача» — у нас такая близкая связь с учителем, что мы получаем все

непосредственно и устно от учителя. Конечно, сегодня учителя представляет группа, но это и всегда было так. В наших группах всегда есть близкие личные связи.

- Гелугпа означает «Добродетельные», и это не мы их назвали так в шутку; они сами выбрали это название. Если это кому-то кажется восхитительным — что ж, хорошо.

В любом случае это разные вещи для разных людей. Все передачи есть, и речь идет о реальных живых людях. Мы все шутим друг над другом — это как семья, где у членов семьи разный характер. Но нужно также знать, что к чему относится, так как иначе вы начнете думать, что это все едино и все это очень святое. Но это не все едино и — не все очень святое. Если не верите, почитайте книгу Томека, она весьма поучительна. Мы живые люди, мы — буддисты, не Будды. Но похоже, что путь ясен, и мы по нему неплохо продвигаемся.

3 Что такое Дзогчен?

Дзогчен — это способ узнавания ума, который фокусируется на его свойстве самоосвобождения — на том факте, что все опять растворяется в пространстве. Этот способ особенно эффективен для людей, чьими самыми сильными чувствами являются злость и гордость.

Чагчен, Махамудра, — наш путь фокусируется на том, что вещи появляются из пространства, на богатстве пространства. Он особенно полезен для людей, у которых много желаний.

Ума Ченпо, Мадхьямака — путь гелугпинцев работает с концепциями, и он особенно полезен для запутанных людей.

В зависимости от того, как устроен наш ум, мы можем найти один из этих путей. У меня не было абсолютно никакого выбора, я мог бы использовать только Великую печать, Махамудру. Мой ум работает так, что, если что-то неприятно, то компьютер моего ума определяет это как ошибочную программу и выбрасывает. В то время как все красивые и приятные вещи определяются как высокий уровень истины и сохраняются несколько раз.

Самое высокое поучение: «Высшая истина — это высшая радость». Может быть, я не очень многое понял относительно учения Будды, но это, похоже, я понял. И поэтому я следую пути Будды.

Вы также видите, что я всегда к вам прикасаюсь, стремлюсь быть к вам поближе. Так я устроен. Ваше здоровье, наше общение, наша близкая связь — все это автоматически трансформируется в подарок для вселенной. Когда я смотрю на вас и вижу ваше здоровье, ловкость, силу, красоту, все это — огромный подарок, который тут же передается пространству. Вы можете сделать мне десять неприятных вещей и одну приятную, и во время следующей нашей встречи я буду помнить, наверно, только приятное. По крайней мере, если вы счастливы. Если вы несчастливы, я начну думать: «Что это?» Тогда что-нибудь выясню. Вообще, я очень прост в общении. Если люди счастливы, то и я счастлив. Действительно, очень просто.

Таково отличие. Пути Кагью и Ньингма очень быстрые, поскольку в них содержится все. В то время как путь Гелугпы — исключительно умозрительный. Если сравнить ум с океаном, то путь Кагью подобен плаванию в океане, путь Ньингма подобен полету над океаном и его ясному обзору, а путь Гелугпы подобен забору проб воды с тем, чтобы исследовать ее в лаборатории.

Все эти пути хороши, все они касаются воды, но разные типы людей предпочитают учиться тем или иным способом.

- Сейчас у вас умы Кагью — ваша карма привела вас сюда, и уже пару дней вы подвергаетесь дурному влиянию с моей стороны. Когда я что-то объясняю, вы думаете: «Да, конечно. Как чудесно!» Потому что ваше видение этому соответствует.
- Но ньингмапинцы могли бы сказать: «Где же уважение к личности? Этот лама наезжает на них как паровой каток. Как он может так непосредственно идти на такую близость с людьми?»
- А гелугпинцы могли бы сказать: «Как долго они занимались изучением? Эти поучения совершенно секретные, их нельзя давать людям». И среди них даже есть те, кто заявляет: «Пхова сокращает жизнь». И для этих людей верны эти точки зрения.

Я не занимаюсь здесь оцениванием, не делаю одно хорошим, а другое плохим. Просто у вас умы Кагью — по крайней мере, сейчас, благодаря нашему общению — и мы поэтому думаем одинаково. Но возможно также думать совершенно по-другому, что и делают другие люди. И если то, что я говорю о других, звучит забавно, — это обусловлено нашим образом мышления. В то время как им они сами кажутся совершенно нормальными, а наши взгляды — смешными. Вы понимаете, что я имею в виду? Это — субъективно.

4 После принятия вашего Прибежища есть ли смысл в изучении других направлений духовной жизни: тантризм, дзен, индуизм, транспсихология и так далее?

Если вы держите слона за хвост, стали бы вы искать его следы? Смысл есть, если это ваша работа, если

вы должны, скажем, защитить докторскую диссертацию по сравнительному изучению религий. Если это не так, то сначала получите какие-нибудь результаты в чем-то одном.

Если вы просто разглядываете разные вещи, но ничего не применяете на практике, то вы подобны человеку, который стоит в долине и взирает на интересные дорожные указатели. Они все интересны, но вы не знаете, куда они ведут.

Если вы пойдете одним из путей вверх по склону, то вы сможете увидеть всякие интересные места. А может быть, вы решите пойти в каком-то другом направлении. Но вы можете это сделать только на основе опыта, а не на основе сопоставления слов.

5 *Мои корни уходят в шаманизм, и мои шаманские духи противодействуют практике буддизма. Как их примирить? Эти противоречия отражаются на моем здоровье.*

Дайте им Прибежище. Представьте, что они сидят рядом с вами, перед вами — Будда, и он дает им Прибежище.

6 *Как вы относитесь к дианетике?*

Она мне совсем не нравится. Я знаю, что Рон Хаббард взял кое-что у Будды и вложил это в свою систему. Но, насколько я могу судить, это просто способ зарабатывать деньги. В этой системе нет сочувствия, вам нужно подписывать множество бумаг, на вашей спине повисает множество юристов... Я не думаю, что это религия. Это современное поветрие моды в психологии и — очень далеко от буддизма.

Это дает некоторые результаты: люди учатся исключать из своей жизни какие-то чувства, становятся такими глянцевыми, блестящими в своем поведении, но у них мало внутренней теплоты. Несколько лет назад была большая статья об этом в журнале «Тайм», в ней это движение подвергается скрупулезному рассмотрению. Может быть, она есть в Американской библиотеке. У них холодные глаза, и мне это не нравится.

7 *Не могли бы вы сформулировать свое отношение к практике Четвертого пути Георгия Гурджиева?*

Я не могу сказать об этом много. Однажды мы были в гостях у его последователей в Южной Англии, когда ехали на встречу с нашим учителем. Они были дружелюбны, приняли нас. Мы также немного поговорили о том, как они работают, но это было слишком сложно для моих мозгов. Там большое значение придается воле. Буддизм же значит здесь и сейчас, непридуманно и без усилий делать то, что у тебя перед носом. Это были милые люди, я желаю им счастья, просто я не смог бы это использовать — слишком усложненная система, на мой взгляд.

Если вы работаете с этим, приезжайте к ним как-нибудь в гости. Это прекрасные фермы на юге Англии.

8 *Русские буддисты в Лос-Анджелесе были раньше христианами?*

Я думаю, что раньше здесь все притворялись, что они коммунисты, а любой вид духовной жизни был опасен. Скорее всего, они обращали свой взгляд

на христианство, поскольку это наиболее распространенная религия в вашей стране, и проверяли, соответствует ли оно их потребностям. Если оно не соответствовало, то они продолжали свой поиск и наконец находили нас.

Мы не миссионерствуем. Мы не хотим, чтобы к нам присоединялись люди, которым наше учение не подходит. Это слишком затруднительно для всех.

9 *Является ли буддизм самым лучшим способом достичь духовного Просветления? Можно ли это сделать также через христианство, ислам и иудаизм? Каковы общие черты и каковы различия всех религий?*

На самом деле слова, названия — не очень важны. Важно, указывает ли то или иное учение на ум за всеми ощущениями и вещами: на зеркало за отражениями или на океан под волнами; показывает ли оно то осознание, где боги и дьяволы появляются, играют и снова исчезают.

Я, конечно, не занимался подробным изучением других религий, но все же я держу глаза открытыми. Я нашел эти поучения о самом уме за добром и злом, богами и дьяволами и всем остальным только в разновидности индуизма, называемой Адвайтаведанта, и в буддизме. Но таково мое понимание.

Я знаю, что христианские и прочие мистики достигли опыта самого ума, но обычно они приходили к этому случайно. Не было ясного пути, ведущего к этому, как в буддизме, — совершенно методичного пути, — и, по крайней мере, на Западе у них потом возникали неприятности с церковью.

Таким образом, не важно название, но должны быть поучения, указывающие на «воспринимающего».

Должен быть выход за пределы всякой двойственности — на воспринимающего эту двойственность и все вообще.

10 *Существует ли теория греха в буддизме в сравнении с христианством? Как исправить совершенные ошибки?*

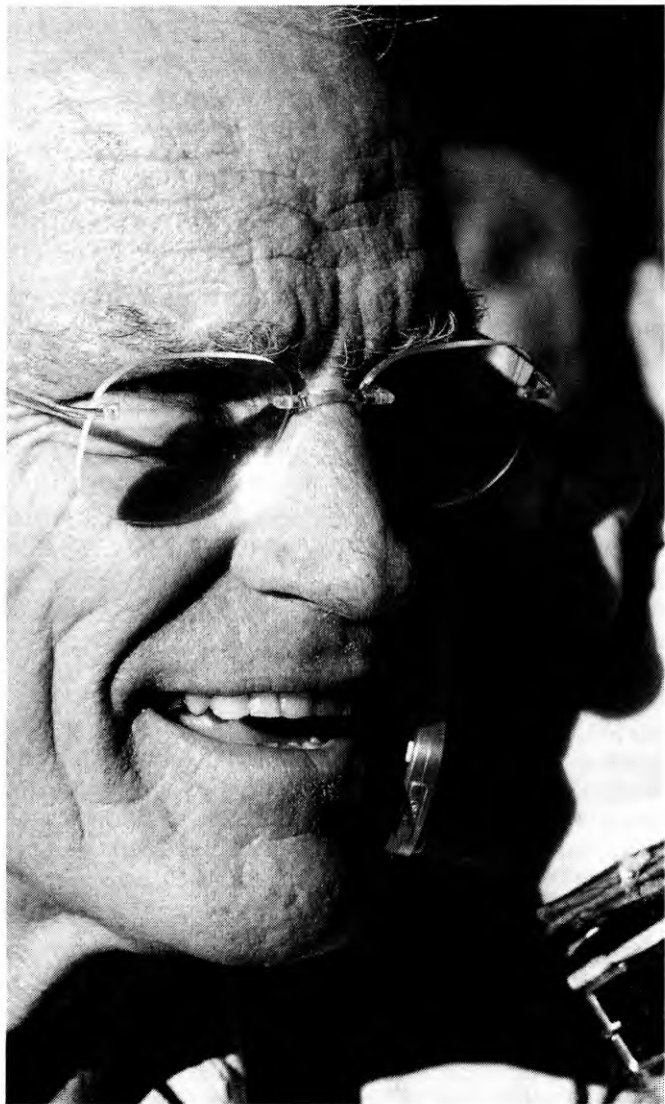
Нет, мы говорим о глупости. Мы не думаем, что может существовать что-то действительно злое, так как оно уничтожило бы само себя. Энергия, которую мы выпускаем, возвращается к нам, и дьявол бы просто умер, не смог бы жить.

Таким образом, мы говорим о разной степени развития интеллекта, которая может быть у людей. Если мы глупы, то мы делаем ошибки и вредим себе и другим; если мы умны, то мы делаем то, что всем приносит пользу, и все в результате развиваются. Все негативное можно удалить, если это еще не произошло. Если сжечь семя кактуса, то кактус не вырастет. Но если он уже растет, то дело обстоит сложнее. Нужно делать все для того, чтобы останавливать негативное.

Но даже люди с самым большим и помешанным умом — такие, как Мао Цзэдун, который убил 65 миллионов человек, Сталин, который убил 50 миллионов человек, или Гитлер, который убил 25 миллионов человек, а также всевозможные хомейни и полпоты, — даже они когда-нибудь обретут шанс развивать свой ум.

11 *Учение Кришнамурти противоречит буддизму?*

Нет, Адвайтаведанта соответствует очень высокому уровню буддийского учения. Трудность в том,



что в учении Кришнамурти высоко развит абсолютный уровень, но нет реального относительного уровня.

Я знаю две его группы. Я немного знаю его людей в Швейцарии и довольно хорошо знаком с его группой в городе Охай, в Калифорнии. Там проявляются как раз те черты, которые я не хочу видеть в моих группах. Его группы состоят из женщин в основном пожилого возраста, и между ними происходит много интриг. Меня однажды пригласили прочитывать там лекцию, и половина моей работы заключалась в том, чтобы все время удерживать этих женщин от споров.

Это — недостаток таких систем, где даются очень высокие поучения, которые хорошо звучат, но не даются методы, медитации, предназначенные для того, чтобы люди действительно могли получить опыт, изложенный в поучениях.

Некоторые аспекты моего стиля обучения развились как раз для того, чтобы этого избежать. Мои старые друзья, наверно, заметили, что я всегда ясно демонстрирую свое радостное отношение к любви и сексу. Это для того, чтобы отвадить от центров людей, которые больше нуждаются в терапии, чем в медитации; которым трудно хорошо относиться к своему телу.

Я также всегда говорю то, что не считается политически корректным, — например, предостерегаю против опасности экстремизма в исламе. Это — для того, чтобы не приходили люди, которые не способны думать.

После того как я отфильтровываю эти две разновидности трудных людей, — в центры приходят очень приятные люди. Иначе наши центры заполнили бы люди, которым лучше заниматься чем-то другим.

12 *Белый лама Востоков в России говорит, что христиане могут медитировать, как и буддисты, применяя вместо мантр христианские молитвы. Ваше мнение.*

Нет, путь и цель в христианстве и буддизме совершенно разные. В христианстве вы делаете то, что говорит ваш бог, в буддизме вы развиваете свой ум. В христианстве вы размышляете и пытаетесь вложить что-то в свой ум, желая наполнить его определенным содержанием, в буддизме вы без какого-либо контроля, без надежд и опасений приводите свой ум к состоянию, когда проясняется его собственное восприятие. В христианстве вы не становитесь богом, он остается снаружи. В буддизме вы становитесь Буддой. Большая разница.

Это не «хорошо – плохо». Кому-то нравится так, кому-то — по-другому, но никто не получит пользы от утверждений о том, что это одно и то же. Уже и так достаточно запутанности: нью-эйдж — новая эпоха, различные секты, которые берут понемногу отовсюду и смешивают. Я думаю, это отлично, что религии разные, — это позволяет находить шапки для разных голов. Если люди пытаются сделать все одинаковым или думают, что все должно быть одним и тем же, я спрашиваю их: «Хотели бы вы, чтобы все женщины выглядели одинаково; хотели бы вы, чтобы у всех блюд был один и тот же вкус?» И, поразмыслив над этим, они также радуются, что есть различные духовные пути для разных типов людей. Это — богатство.

13 *Я православная, крестилась в церкви, и вдруг заинтересовалась буддизмом. Можно ли это? Ведь нельзя одновременно сидеть на двух стульях, нельзя иметь две веры?*

Это всегда сложно, потому что в конечном счете придется принять решение. Со стороны буддизма — если вы, например, примете Прибежище и решите при этом оставаться в православии, то вы сохраните благословение Будды. Но я не уверен, что вы сохраните благословение православной церкви, если решите перейти в буддизм.

Прийти в буддизм — это все равно что получить подарок. Будда счастлив, если может оказаться для вас полезен, и он не просит, чтобы вы что-то обещали. Как бы то ни было, разница между религиями веры, такими как христианство, и религиями опыта, к которым относится буддизм, очень большая. Их невозможно совмещать, и когда-нибудь придется выбрать. Но пока не выбрали, — добро пожаловать!

Нельзя также смешивать разные учения и инструкции. Это приведет к запутанности, не стоит этого делать.

14 *Чем отличается философия индуизма от философии буддизма?*

Разница большая:

- индуисты верят в непрерывное существование индивидуального разума, который они называют «атман», и они стремятся соединить его с общим принципом вселенной, который они называют «брахман»;
- для буддистов не существует «себя», «меня», «личности», — это лишь множество ситуаций, возникающих все время. Это как река. Когда вы смотрите на нее с некоторого расстояния, вы говорите: «Река». Но, подойдя и приглядевшись, вы видите, что это все время новая вода. Таким же образом

одно ощущение приводит в действие второе, которое затем переходит в третье, — и так получается длинный ряд событий и ощущений.

15 *Существует мнение, что линия Карма Кагью — это сектантство в буддизме. Почему?*

Я скажу вам одну вещь: мы сейчас являемся единственным направлением буддизма, которое признано в России. Мы — единственные, кто способен доказать свое присутствие среди бурят и калмыков начиная с 1250 года, и только наша линия преемственности получила печать одобрения от правительства. И это несмотря на то, что мы собрали более десяти тысяч подписей в Западной Европе против того закона о религиях, принятого Думой.

Так что мы — наверняка не секта. У нас вековые корни, непрерывная преемственность; у нас есть поучения, восходящие к самому Будде.

С другой стороны, мы предпочитаем взвешенный научный подход — не смешиваем все подряд. Это верно. И у нас также есть определенные идеи по поводу того, в чем стоит принимать участие, а в чем — нет. Мы не видим нужды в том, чтобы участвовать в собраниях и встречах различных сект и других религий. Зачем? Нам 2500 лет, мы являемся старой достойной компанией. Но если кто-то приходит к нам, мы говорим: «Добро пожаловать!» Есть также вещи, в которых мы принимаем участие; но мы не собираемся, например, стоять где-то и петь по-тибетски, чтобы нас заметили. Мы слишком взрослые для этого.

Кроме того, мы не хотим, чтобы нас видели вместе с исламом, поскольку не принимаем то, что они делают. То есть мы в каком-то смысле предпочитаем

держаться в своем кругу. Мы ни за кем не охотимся и не стремимся к популярности, но я вас уверяю: когда люди будут изучать историю прошлого, они скажут, что мы были правы. Мы как старомодная девушка — ждем, когда вы подойдете, а не гоняемся за вами.

16 *Что вы можете сказать о Рейки?*

У меня самого есть три степени, которые дали мне друзья, но я никогда ими не пользовался, поскольку у буддистов есть Будда Медицины. Насколько я знаю, основополагающая идея Рейки хорошая. Правда, сейчас у них происходят какие-то скандалы в Европе, — я не вникал в подробности. Я также думаю, что они не могут доказательно говорить о четкой преемственности.

Среди всех восточных школ я больше всего доверяю Шиаци. Это научная и очень ясная система. Но я знаю, что от Рейки люди тоже получают пользу.

Я полагаю, что, как в случае большинства систем целительства, и даже в случае обычной медицины, сила исцеления зависит от сочувствия доктора или специалиста Рейки. То есть важно, кто проводит сеанс. Если у него есть сочувствие, то польза может быть.

Но я сомневаюсь, что в Японии действительно были найдены какие-то поучения тибетского буддизма.

17 *В фен-шуй есть свой подход к работе с энергиями, на котором основываются все китайские науки. В Тибете был другой подход — например, люди делали подношения и получали что-то от местных божеств, и так далее. Можем ли мы использовать подход фен-шуй?*

Если у вас буддийский взгляд на вещи и вы видите относительное как относительное, то это не так важно. Вы будете становиться просветленными, чистя зубы или посещая туалет. С другой стороны, если вы превращаете чистку зубов или фен-шуй в религию, то это будет вам препятствовать. Есть знатоки витаминов, а другие знают, как создавать хорошую энергию не в теле, а у себя в доме. Если что-то полезно для людей, отлично, только это не должно уводить вас от буддийского взгляда на вещи.

Если это хорошо для вас — это хорошо и для всех. Просто не делайте из этого религию. Каким бы ни был красивым ваш дом, как бы много денег вы ни зарабатывали, вы все равно будете стареть, болеть и умирать.

Буддисту важно находить ценности, которые нельзя потерять. А все остальное должно облегчать нам сосредоточение на медитации и вневременных ценностях.

18 *После событий, связанных с Аум Синрикё, в России многие стали настороженно относиться к буддизму. Что отличает секту от истинной религии?*

Аум Синрикё — это был не буддизм. Асахара был учителем йоги.

Он дал много денег Далай-ламе и учителю по имени Калу Ринпоче и сфотографировался вместе с ними. Он не знал ничего о буддизме, не имел никакого представления о нем. Он был учителем Хатха-йоги, а также занимался изготовлением лекарств из трав. Последнее ему делать не разрешалось, и его сажали за это в свое время в тюрьму.

Асахара — не буддийский учитель.

Если дать денег, то всегда можно сфотографироваться с Далай-ламой, поскольку ему нужны деньги, чтобы заботиться о своих людях.

Что касается западного христианского определения того, что такое секта, то этому движению должно быть менее 150 лет, оно должно основывать свою деятельность на обещаниях и устрашении, уводить людей из семьи и общества, говорить людям, что внешний мир — плохой и нужно сплотиться в круг против него.

Кроме того, у сект развиваются различные репрессивные системы, направленные на то, чтобы никто не выбивался из строя. И, судя по этому определению, буддизму очень трудно быть сектой.

Учитель здесь — не личность, а лишь зеркало вашего ума. Он представляет Будду. В группах нет напряжения, и мы говорим людям, что никто ни к чему не придет без медитации.

Нашей основной целью является делать людей независимыми и взрослыми. Таким образом, буддисты не подходят для создания сект.

19 *Можно ли находиться в христианском эзрегоре и успешно применять буддийские практики?*

Вы можете использовать хорошие медитации, которые не являются исключительно буддийскими. У нас есть различные образцы таких медитаций: например, продается брошюра с медитацией на дыхание и свет. Эти медитации принесут вам пользу, и при этом вам не обязательно становиться буддистом.

Но, конечно, буддийские медитации делают буддисты, и здесь есть соответствующие путь и цель.

Даже если вначале вы мыслите как-то иначе, все же, если вы поработаете с ними некоторое время, у вас будет буддийский ум. Поэтому, если вы не совсем уверены, что хотите быть буддистом, я советую вам попробовать сначала те медитации, которые вполне сочетаются с христианством.

20 *Может ли крещеный человек перейти в буддизм и не считается ли это грехом со стороны христианства или со стороны буддизма?*

На самом деле, если люди счастливы, то и Будда счастлив. Очень просто. Он не считает умы.

И, как я буду говорить вам перед медитацией: если вы примете Прибежище сегодня, а впоследствии обнаружите хорошую христианскую или индуистскую школу, которая лучше вам подходит, то вы сохраните благословение, которое получите. Если вы найдете шапку, которая вам больше подходит, то Будда только порадуетя вместе с вами.

С другой стороны, мы однозначно отмежеваемся от того, что не является хорошим. Существуют секты и группы, в которых люди впадают в паранойю и начинают друг друга контролировать.

Христианские группы часто совершают коллективные самоубийства; индуистские группы становятся странными, а гуру — очень богатыми; и в буддийской группе также был случай, когда учитель нанес сексуальный вред ученикам. Это происходило по отношению к мальчикам, а не к девочкам. Так выглядят самые плохие скандалы у нас, в буддизме, — сексуальные злоупотребления со стороны учителя-гомосексуалиста. Все это мы, конечно, принять не можем.

Кроме того, если вы пойдете в сайентологию, мы это не благословим. И если вы пойдете в религию, которая сознательно систематически притесняет женщин, устраивает так называемые священные войны, отрубает руки и ноги вора и прочее в таком же духе, то, конечно, мы не можем благословить это.

Но если вы уйдете в хорошую религию, которая полезна для людей, такую как различные школы христианства или индуизма, то, конечно, это мы благословим.

С другой стороны, я не знаю, что говорят христиане, на это я не могу ответить.

Мы, со своей стороны, не советуем смешивать учения. Путь, цель, термины — все это очень разное. Я никогда не рекомендовал бы путать разные вещи.

21 *Вы говорите, что Алмазный путь — это «крыша буддийского дома». А как же дзен-буддизм: он еще более известен в нашей стране, чем Алмазный путь. Дзен-буддисты говорят то же самое о себе. Что вы можете сказать по этому поводу?*

Алмазный путь и Дзен относятся к одной и той же категории. Это — поучения, показывающие природу ума. Это — тот же уровень учения, просто у японцев совсем другой склад ума, чем у тибетцев. У них черно-белый, квадратный ум, они любят организованность. А тибетцы подобны вашему дядюшке, который выпил пару бутылок пива и хочет рассказать вам о мире. Им свойственна широта. Но дзен-буддизм, китайский чань-буддизм и поучения Чагчен и Дзогчен тибетского буддизма — это в точности одно и то же. Они непосредственно указывают на ум как Ясный свет.

Если различия обусловлены разным складом ума у народов, будет ли учение как-нибудь адаптироваться к европейцам, у которых ум еще в большей степени черно-белый, чем у японцев?

Это уже происходит. Есть очень четкое разделение между романским буддизмом (Франция, Италия, Испания) и германским и славянским буддизмом. Германский и славянский буддизм очень похожи.

На самом деле европейцы не такие черно-белые, как азиаты, — им свойственно бескорыстие. Они могут мечтать, они испытывают очень сильные чувства. И тем не менее мы создаем общества, напоминающие коробки, — и это для того, чтобы не открываться. Азиаты знают стоймость всего, а мы знаем самоценность некоторых вещей. Нашим культурам свойственны бескорыстие и эмоциональность. В основе даже самых больших наших ошибок, таких как марксизм, лежит бескорыстие. Это, может быть, не относится к инициаторам, но относится к людям, которые отдавали за это свои жизни.

Насколько я понимаю, буддизм направлен на разрушение этого идеализма?

Нет, мы хотим дать возможность всем жить лучше. Когда тибетцы оказались на Западе, они начали старательно учиться у нашей культуры всему, чему могли. И Запад старается учиться у буддизма всему, что полезно. Я, скажем, становлюсь еще большим идеалистом, но также и более практичным человеком. На мой взгляд, именно этому мы должны учиться на Западе: умению быть открытыми, будучи не столь уязвимыми.

22 *В буддизме есть много направлений и школ. Они все ведут к одной цели или к разным?*

В буддизме существует две цели, и они связаны с удалением двух завес, которые не позволяют нам видеть то, что есть, прямо сейчас:

- первую завесу можно назвать чувствами, скачущими вверх-вниз, а вторую — жесткими идеями;
- вторую завесу я недавно уже описывал: мы смотрим на палец, показывающий на луну, но не видим луны.

Все школы буддизма — школы Тхеравады, Махаяны и Ваджраяны (Малого пути, Великого пути и Алмазного пути) — удаляют первую завесу, запутанные чувства. Они показывают, что нет реального эго, или «себя». Его нет в теле — это только атомы, которые постоянно меняются местами; его нет в мыслях и чувствах — это просто впечатления, которые приходят и уходят. Достижение такого понимания — уже большой шаг. Тогда мы больше не являемся мишенью. Мы больше не думаем: «Я страдаю». Мы думаем: «Есть страдание» или «Люди могут испытывать страдание», и так далее. Это первое.

Во-вторых, удаляются также жесткие идеи, различные концепции. В результате видящий, видимое и акт видения сливаются воедино. И эту цель преследуют только школы северного буддизма — Махаяны и Алмазного пути. Южные школы буддизма — Цейлон, Таиланд, Камбоджа, юг Бирмы — удовлетворяются удалением завесы смешанных чувств. Но северные школы буддизма — север Бирмы, Китай, Тибет, Корея, Япония, Гималаи, Монголия плюс буряты, тувинцы и калмыки в вашей стране — придерживаются взгляда Махаяны, где есть стремление удалить также жесткие идеи. Но, что касается северных школ, то больше всего методов есть в Алмазном пути.

К нему относятся поучения Дзен и Чань в Японии и Китае и Чагчен (Великая печать) и Дзочен (Великое

совершенство) в Тибете. Эти поучения непосредственно направлены на постижение природы ума посредством всеохватывающего опыта.

На Западе есть все разновидности буддизма, но наибольшим успехом пользуется тибетский буддизм.

Он очень привлекателен для людей, поскольку дает простор для различных ощущений, для опыта, в нем есть место для разных историй. Это — что-то большое.

А среди различных групп тибетского буддизма мы, Карма Кагью, — самая большая школа. В Тибете мы представляли собой, главным образом, небольшое число йогов, сидящих в горах и занимающихся медитацией.

Мы не вовлекались в политику. И именно это сделало нас сильными, когда мы ушли из Тибета. Мы не тащили за собой длинный хвост старой тибетской культуры или политики, и мы сразу могли сосредоточиться на том, чтобы давать людям поучения об уме.

Мне самому выпала честь основать на данный момент более 200 центров, и поэтому я могу приезжать к вам, как правило, только раз в год. И наша деятельность, деятельность школы Карма Кагью, имеет самый большой масштаб на Западе. Более половины буддистов в Германии, Дании, Швейцарии и Австрии являются приверженцами Карма Кагью. Наверное, как и в России.

23 *В чем отличие буддийского и индуистского тантризма?*

На этот вопрос можно ответить коротко, а можно — длинно.

Различие заключается прежде всего во взгляде на вещи:

- цель поиска в индуизме — «шакти», сила, а цель поиска в буддизме — «праджня», мудрость;
- в буддизме работают с центральным энергетическим каналом — с осью «плюс-минус», подобной магнитному полю в теле, в индуизме работают с нервной энергией в позвоночнике;
- в буддизме работают с пятью энергетическими колесами в теле, а в индуизме — с семью;
- в индуизме вы становитесь скорее «сладкими», а в буддизме вы становитесь скорее «солеными»;
- индуизм даст вам силу воли, а буддизм покажет, что ваш ум является Ясным светом.

Я не говорю при этом «хорошо-плохо» — и то и другое хорошо, но для разных вещей. Вам нужно смотреть, что нравится вам.

24 *Знакомо ли вам учение Рериха?*

Я знаю некоторые его поучения. Я также видел дацан в Петербурге²⁰.

Его изобразительное искусство производит на меня большее впечатление, чем его учение. Я считаю его картины чрезвычайно хорошими. Учение же в какой-то степени является смесью, оно не полностью буддийское. Немного христианства, немного буддизма. Так же, как Блаватская, Давид-Неэль, Анни Безант и прочие, он был важным мостом между Востоком и Западом. И он наверняка заработал какую-то хорошую карму.

²⁰ Н. К. Рерих входил в строительный комитет дацана вместе с Агваном Дорджиевым, известным ученым-буддологом Ф.И. Шербатским, С.Ф. Ольденбургом и другими.

Но его поучения нельзя использовать в качестве буддийских.

25 *Как вы относитесь к боевым искусствам?*

Я думаю, что отлично, когда молодые люди сильны и могут защитить своих родных, друзей и подруг. Когда я рос, нам были неизвестны все эти восхитительные восточные вещи, и, наверное, я был к тому же слишком хорошо воспитан для того, чтобы вытягивать свои ноги в лицо другим людям.

Я занимался боксом 4 года и вытягивал руки в лицо людям.

Таким образом, это вопрос того, куда вытягивать. Я — из старых времен, когда использовались руки.

Я считаю, что это неплохо, если люди учатся защищать других и себя. У нормальных молодых людей много гормонов, и хорошо так их использовать.

Конечно, нужно при этом быть ответственным. Если вы действительно умеете драться, то ваши удары могут наносить людям увечья.

Одна из причин того, что я бросил бокс, в том, что в Дании когда человек, прошедший более шести спортивных боев, вступает в драку не на ринге, это приравнивается к нападению с оружием.

26 *Как вы относитесь к голоданию? Успокаивает ли оно наш ум? Занимаетесь ли вы этой практикой сами?*

Я делал это пару раз, когда становился слишком полным. Дольше всего — 3 недели, несколько раз — по 10 дней. Спустя 10 дней чувствуешь себя богом.

Но, вообще-то, я считаю это не очень полезным. Если вам кажется, что вы слишком располнели, выпивайте 3 стакана воды перед каждым приемом пищи и соблюдайте осторожность в отношении жирного, соленого и сладкого. У вас тогда не будет проблем.

Голодание — это некоторая крайность, и я не стал бы устраивать из этого что-то большое.

В буддизме есть медитации, связанные с голоданием. Например, есть медитация нюнгне. Может быть, вам будет интересно пройти эту практику всей группой. Это занимает двое суток. В течение первых суток можно только пить, а на вторые сутки нельзя ни есть, ни пить. Вы говорите много мантр.

Это очень хорошая медитация, данная Буддой-женщиной по имени Гелонгма Палмо. Если хотите, я могу прислать к вам одного из своих учеников, который может провести с вами эту практику. У вас очень хорошая группа, и вы могли бы посвятить этому конец недели. Несколько раз после одной из таких медитаций я видел Ясный свет.

Это, несомненно, хорошая практика. Вы сидите, не едите и не пьете, на вторые сутки вы также не разговариваете, и все время продолжаете произносить мантру (произносит всю мантру).

Эта мантра, конечно, есть в письменном виде, и в то время как вы ее произносите, из вашего сердца излучается свет к Будде и обратно, и так далее.



Учителя, известные люди. Учитель в буддизме

1 *Слышали ли вы о ламе и писателе по имени Лобсанг Рампа? Что вы можете сказать о нем и о его книгах?*

Нам уже в течение многих лет задают о нем вопросы. В конце 80-х годов, когда мы начинали здесь работать, каждый второй вопрос был о Рерихе и Лобсанг Рампе.

Лобсанг Рампа наверняка заработал какую-то хорошую карму, помогая людям заинтересоваться тибетским буддизмом. Но то, что он пишет, — вымысел, не факты. Он — сообразительный сантехник из Ливерпуля, с севера Англии. Он прочитал много книг разных авторов, которые побывали в Тибете или утверждают, что там побывали, и написал серию сочинений, которые пользуются большой популярностью, однако являются собой полный вымысел и не имеют ничего общего с Тибетом. Его книги полны ошибок, но их интересно читать.

Только не применяйте фокус с «третьим глазом», о котором он говорит. Это называется лоботомия и применялось раньше к психически нездоровым людям, склонным к совершению преступлений. Во времена

сталинизма и грубых 40–60-х годов на Западе некоторым делался этот так называемый «широкий разрез»: разделялись две половины мозга, чтобы человек не мог планировать негативное действие.

Лобсанг Рампа просто мало знает о буддизме.

2 *Как обыкновенному человеку определить, просветлен ли учитель? И как учитель определяет, когда его ученик достиг Просветления?*

Наверное, требовать Просветления от учителя — это крупный заказ. В буддизме Просветление означает, что вы знаете, что готовит госпожа Кропоткина на расстоянии пяти домов отсюда и о чем она при этом думает. Это встречается чрезвычайно редко. Я знаю только одного учителя, у кого я видел просветленность, — Шестнадцатый Кармапа. Он действительно мог это делать — по крайней мере, когда у людей была с ним соответствующая связь. Он мог откинуться в кресле и сказать: «Сейчас они выезжают из дома, они приедут в такое-то время, и им нужно будет поговорить вон с теми». А эти люди могли находиться на расстоянии 300 километров.

Я также видел проявления необычайно хорошей памяти. Впервые встретившись с Далай-ламой, я дал ему благословить свои четки. Спустя 9 лет он все еще это помнил, — помнил, как они выглядят, и так далее. Это, конечно, впечатляет, но только в случае Шестнадцатого Кармапы я бывал убежден, что это проявляется Просветление.

Может быть, чем искать Просветления в учителе, лучше смотреть, не расходятся ли у него или у нее слова с делами. Учитель должен учить только тому, что он действительно знает, и являть собой пример,

который не заставит вас стыдиться впоследствии. Не думаю, что вы можете ожидать большего. Очень важно, чтобы учитель был честен, чтобы все было в порядке с его поучениями и чтобы он вам нравился и вы ему в общем доверяли.

Конечно, для учителя большая радость, когда ученик развивается, когда более осмысленным становится его поведение и появляется больше счастья. И развитие это — видно. Как и препятствия, которые есть у людей. И тогда, в зависимости от степени близости и доверия, можно работать различными способами.

Таким образом, я не много могу показать вам в плане Просветления, но могу показывать хороший пример. На самом деле с того момента, когда учитель больше не видит в себе личность, а видит скорее программу, он думает больше о вас, чем о себе. С того момента, когда он больше не чувствует себя мишенью, вы можете доверять ему, потому что он, по всей вероятности, будет работать больше ради вас, чем ради самого себя. Я думаю, что у нас есть такие люди. В каждом центре есть люди, которые либо в группе, либо иногда в одиночестве выполняют такие функции. И если человек все время надевает красивую маску Бодхисаттвы, то со временем у него развиваются соответствующие качества. Я в этом не сомневаюсь.

3 *Считаете ли вы Раджниша просветленным? Что вы думаете о его медитации и той информации, которую он нес людям?*

О Раджнише не расскажешь в двух словах. Насколько я могу судить, он обладал сочувствием. С другой стороны, его учение являло собой неразбериху, сложенную из всего, что людям нравится

слышать. Он брал немного отсюда, немного оттуда, и я пожелал бы ему в этом удачи, но каждый раз, когда он выступал от имени буддизма, мне приходилось говорить людям, что ему нельзя это делать. Он не знал буддизма. У него не было ни передачи, ни благословения — он был просто интеллектуалом, который прочитал книги и затем стал писать свои, komponуя их из разных сведений, взятых из разных источников.

Есть такая особенность индийской традиции, которая нам, как правило, неизвестна, и вводит нас в замешательство. В России, когда царь решил креститься тремя пальцами вместо двух, все стали убеждать от его солдат, заставлявших креститься тремя пальцами, и в результате была колонизована Сибирь. В Ирландии католики и протестанты до сих пор стреляют друг в друга. Мы привыкли к тому, что в нашей религии все должно быть или так, или этак. А индийцы никогда не вступают друг с другом в подобные споры. Они поступают совершенно иначе, говоря: «И те меня хвалят, и эти; и вон те тоже со мной согласны». Никогда не проводятся четкие грани, и существует много запутанности.

Бхагаван Раджниш был индийцем. Он ездил на «роллс-ройсе» и носил часы «Ролекс», потому что индийцы это обожают.

На Западе никто не хотел называть что-то неправильным, потому что так начинаются войны, и он смог внедриться в эту область не критичности. Раджниш стал утверждать, что Кармапа поручил ему принести Тантру на Запад, хотя они никогда не встречались; якобы Кармапа сказал, что Раджниш — единственный, кто может это сделать. И он мог все это выдумывать, потому что его никто не останавливал. Только я всегда нарушал идиллию, говоря, что Кармапа его не знает, и указывал на различные ошибки в его утверждениях. Я говорил, что он,

возможно, хороший индуист или хороший христианин, но не знает буддизма. Мне приходилось тратить на это немало времени. В общем, я думаю, что у него было развито сочувствие, однако он был изрядно запутан; он был смел, но часто невпопад. И он очень много времени проводил под воздействием «веселящего газа». Его главными наркотиками были валиум и «веселящий газ». Вот что я могу сказать вам вкратце.

После того как он посоветовал людям любить, а не воевать, он велел им также пользоваться презервативами, когда пришел СПИД, и это было хорошо. С его стороны было смело, что он не попытался уклониться от необходимости занять четкую позицию в этом вопросе. Но он попросту был недостаточно умен.

Например, он не разговаривал три года, находясь в Орегоне. И затем в своем первом интервью очень крупному немецкому журналу «Шпигель» он отдал предпочтение Гитлеру, сравнивая его с Ганди. В течение двух недель об этом узнали все евреи Америки. На него посыпались нападки в прессе, и его задержали, отняли часы и деньги и выдворили вон из страны.

Я обычно говорю, что не могу использовать такой вид Просветления. Если я делаю что-то незаконное, то меня не ловят.

Я не могу использовать такой вид Просветления, когда тебя ловят, — это непрактично. Многих «гуру» ловят — на таможне и так далее, и каждый раз, когда об этом слышу, я говорю «ой».

4 *Не могли бы вы рассказать, откуда появился Первый Кармапа?*

Он был воплощением Лодре Ринчена, Сарахи и еще нескольких махасиддхов Индии. Он был также в свое время близким другом Будды, тогда его звали



Авалокитешвара. А еще до прихода нашего Будды он очень долго сидел в медитации на горе в Центральной Азии и там достиг Просветления, но его энергополе не сразу стало полностью активным. Можно сказать, что, принимая все эти воплощения, Кармапа строит свое энергополе.

5 *Как можно объяснить поведение высоких лам — Ситупы²¹ и других — в истории с перерождением Семнадцатого Кармапы?*

Они занялись тем, что им не по плечу. Я думаю, что вся система тулку весьма опасна, если только нет устоявшейся культуры, в рамках которой она может действовать, и очень критичного окружения. Например, если людям все время говорят, какие они чудесные, то это может способствовать их уверенности в себе, когда они работают в той области, которая им известна; но это становится опасным, когда они берутся за то, чего не знают.

Я не думаю, что кто-либо из этих ринпоче допускал ошибки в обучении Дхарме. Буддизм не слишком усложненный, а они знают книги наизусть. Проблема обусловлена тем, что они вышли за пределы своей компетенции. Они занялись политикой, в чем у них нет никакой подготовки; они попытались иметь дело с китайцами, которые намного хитрее и расчетливее. И, конечно, они оказались в затруднительном положении. Их ошибка была в том, что они не видели своих слабых мест, не понимали, что им не нужно в это ввязываться.

²¹ *Ситупа, Ситу Ринпоче* — один из высших лам линии Карма Кагью, вместе с китайскими властями инициировал утверждение политического кандидата на титул Семнадцатого Кармапы.

Вообще, оказаться в проблематичном положении и без того не очень трудно. Представьте, что посередине этого зала проходит разделительная линия, и между двумя сторонами зала существует противостояние. Вы мне доверяете, а вы — нет. Вы мне задаете вопрос, а вы — нет. Я автоматически оказываюсь на вашей стороне. Затем в одном случае, когда не было полной ясности, я решаю, что важнее сохранить хорошие отношения, чем быть безупречно честным, и могу покривить душой. В поддержку этого мне, возможно, придется поступить так же еще два раза, потом — четыре раза в поддержку тех двух раз. И, несмотря на то, что я хотел сделать все как лучше, я оказываюсь в затруднительном положении. Вот как возникают подобные вещи.

Итак, вкратце дело выглядит так, что все говорят вам, что вы безупречны, в то время как это не так, и вы ввязываетесь во что-то такое, в чем не разбираетесь, и совершаете ошибки. Затем ваша гордость не позволяет вам признать, что вы в этом не разбираетесь, и проблема катится дальше.

6 *Сколько времени нужно учителю для осуществления полной передачи Дхармы ученику?*

Это в большой степени зависит от связи, от открытости ученика, от того, какая это передача, и так далее:

- некоторым достаточно лишь указующего наставления: «Твой ум — Ясный свет», а некоторым нужны длинные объяснения;
- одним нужны медитации с формой, другие получают больше пользы от медитаций, в которых не используются формы.

Здесь нет стандартов.

Это зависит также от силы учителя, от того, как много он или она может передать.

7 *Если Оле — коренной Гуру, можно ли представлять Кармапу как активность Оле?*

Это несколько нетрадиционный подход. Но вы можете видеть его как хранителя преемственности — хранителя благословения со времени самого Будды.

А других учителей, в том числе меня, вы можете видеть как коренных Лам, которые доносят это благословение линии преемственности до вас. Это, наверное, лучше всего.

Если вы умеете играть в шахматы, то можете сравнить его с королем, а меня с ферзем. Потеряв короля, вы теряете все; без ферзя можно справиться, но это сложнее.

8 *Я приняла Прибежище у вас несколько лет назад, но сейчас поняла так, что мой коренной Лама — Кармапа. Кого правильно считать коренным Ламой?*

Ваш Лама линии — Кармапа, он — Лама для всех. Можно сказать, что он является электростанцией, но провода, которые идут в ваш дом, — это ваши коренные Ламы. У них вы учитесь различным вещам.

Самый важный коренной Лама из всех — это тот, кто дает вам уверенность, что ваш ум — Ясный свет; тот, кому вы действительно доверитесь в трудной ситуации.

9 Почему, как вы сказали, некоторые гуру гонятся за парнями?

Некоторых монашеская ситуация притягивает потому, что они предпочитают свой пол противоположному. Вот что я думаю. И это, наверное, подтверждается статистическими данными.

10 Как вы относитесь к деятельности Сатья Саи Бабы в Индии?

Наверное, он хорош для традиционных индийцев, потому что дает «дашаны» — показывает разные вещи. Но он не столь полезен для думающих людей Запада, поскольку не дает методов.

Он традиционный индуист, и, насколько я знаю, он не дает методов, позволяющих становиться таким же, как он; он только показывает чудеса, благословляет, лечит и так далее. С точки зрения буддиста, этого недостаточно.

11 Оле, знаешь ли ты, достигали ли Просветления те, кто делал христианские практики, — например, Иисус Христос?

Нет сомнений в том, что Христос был Бодхисаттвой и его побуждающим стимулом было счастье других. Но очень трудно сказать, что он на самом деле знал. Он часто жаловался, что знает многое такое, чему не может учить. То есть нет сомнений в отношении его сочувствия, но мы не можем проверить его мудрость. Я хочу быть честным — не могу здесь ничего сказать.

Я уверен, что многих христианских святых посещали соответствующие переживания, просто, насколько я могу судить, это происходило случайно, и они часто при этом не знали, что на самом деле происходит. И чаще всего они не были в состоянии учить других, как к этому прийти. Я также думаю, что некоторые из этих людей занимались ранее медитацией в буддийской культуре, но потом родились в христианской культуре, и в какой-то степени у них всплывал прошлый опыт.

Буддизм — религия опыта. Здесь не нужно ни во что верить; вы просто следуете пути, используя разные средства, завесы исчезают из вашего ума, и вы постепенно приходите к цели.

12 Если человек страдает, значит, он что-то сделал неправильно. Что сделал в своей жизни неправильного Иисус Христос?

Не то время, не то место. Он не нравился евреям, он не нравился римлянам. Он говорил вещи, которые вызывали у них тревогу. Он утверждал, что он сын божий, а у них уже имелись все необходимые им сыновья бога. Одним словом, он сказал что-то не то. Это ясный пример причины и следствия. Если бы Христос сказал: «Хорошая погода», у него бы не было никаких проблем.

13 Знаком ли Оле Нидал с российским рок-музыкантом Борисом Гребенщиковым?

У меня никогда не получается произнести его имя, но я дал ему пхову в Крыму около пяти лет назад.

Он подарил мне очень хорошие вещи. Он, наверное, не менее занятой, чем я, и нам нечасто удается встречаться. Но мы всегда передаем друг другу приемы через знакомых, так что контакт есть.

14 *Главное условие, чтобы стать ламой, — это трехлетнее отшельничество?*

Это справедливо для монахов и монахинь. А вообще — нужно иметь здравый смысл, знать буддизм и обладать жизненным опытом.

На самом деле люди, прошедшие трехлетнее отшельничество, не очень много учат. Они держатся небольшими группами, живут в монастырях и не стремятся к активным контактам с обществом. Некоторые сразу переходят из одного трехлетнего отшельничества в следующее, так как очень хорошо себя в нем чувствуют, а вне его — слишком трудно.

15 *Может ли женщина быть учителем?*

Некоторые наши лучшие учителя — женщины. Некоторые самые мудрые учителя — женщины. Просто похоже, что, когда у женщины появляется биологическая альтернатива — возможность выйти замуж и завести семью и детей, то для нее это важнее, чем для мужчин. С другой стороны, если женщина возвращается после того, как вырастила детей, то она обладает великим опытом и может многое дать.

Это не только я так говорю: я это наблюдал, а также спрашивал нескольких женщин, в том числе мою милую жену.

Она говорит, что женщины немного меньше стремятся к функции учителя, чем мужчины, и в большей

степени, чем мужчины, хотя и имеют семью. В этом разница. Для женщины попросту важнее личная жизнь.

16 *Есть ли ламы вашего уровня в России?*

Я уверен, что большинство моих учеников просветлены, но просто не говорят мне об этом, поскольку слишком стыдно, что я сам ничему не учусь. Я всегда надеюсь, что, когда они станут радугами, то не забудут меня и возьмут с собой.

У нас много отличных людей. Многие мои ученики здесь — учат, строят центры. Но это больше передача, чем нечто личное. То есть важен не цвет лампочки, а само электричество. Если вы используете медитации, которые мы даем в наших центрах, то могу вас заверить, что вы будете, как я говорю, не только стареть, но и становиться мудрее и счастливее.

Ум подобен драгоценному камню — если его очищать, то он начинает светиться. В каждом центре люди, которые делают работу, держатся вместе, оказывают поддержку центру и медитируют, — конечно, все время развиваются и становятся лучше. И несмотря на то, что мы можем служить полезным примером в различных отношениях, мы все отражаем нечто внеличное. Тибетцы выражают это так: «Хотя луна всего одна, она отражается везде, где есть лужи». Точно так же, если есть передача, — а она есть с того времени, когда мы принимаем Прибежище и начинаем медитировать, — вы все больше будете становиться этими лужами, и в вас будет отражаться все больше и больше.

На самом деле лучше всего люди растут в тех центрах, которые работают как группа. То есть каждый занимается чем-то своим и вкладывает это в общее

дело. Если есть один человек, который хорош, а другие знают меньше, то образуется иерархия и зависимость, и это не очень хорошо.

Не ставьте в середину личность, ставьте в середину группу и учитесь вместе; группу, которая расширяется и растет и позволяет вам видеть свое собственное лицо в тысяче зеркал. Поверьте мне.

Учение — истинное, у нас есть методы, книги, у нас есть все, и мы не можем сбиться с пути. Вы будете учиться лучше всего в том пространстве, которое обеспечивает для вас группа.

17 *Что вы знаете об американском специалисте по имени Дипак Чопра?*

У нас есть девушка Адриана из Колумбии, из семьи президента, — кстати, моя бывшая подруга. Она довольно хорошо его знает.

Типичный индеец, который смог эффективно вылечить несколько человек. Он создал хорошую смесь из древнеиндийской медицины, Аюрведы, и современной медицины. Любезный, но довольно дорогой. Его лекция стоит 1000 долларов и длится примерно час.

Вообще, многие известные американцы заламывают очень высокие цены. Ученик Дон Хуана, Кастанеда, перед своей смертью тоже стал брать 1000 долларов за свои мероприятия. Я — единственный, кто все еще берет восемь долларов. Так ничему и не научился.

18 *Как вы представляете себе учителя?*

Лама — это я точно знаю, — должен любить людей. У него должна быть направленность видения или опыт, выходящие за рамки личностного.

Он должен иметь ненарушенные отношения с собственным учителем, чтобы нести дальше энергию. Ему нужно являть собой или полезный, или хотя бы понятный пример для подражания. Слова у него не должны расходиться с делами. И он должен быть готов поистине много работать.

Если эти условия сходятся, рождается много счастья. И если кому-то из присутствующих хочется этому научиться — пожалуйста. Нам нужны все хорошие люди, которые у нас могут появиться.

19 *Что вы можете сказать о Стивене Сигале из Голливуда, который был объявлен сознательным перерождением? Он вроде бы побывал на Востоке и, вернувшись, основал свою школу.*

Его нашел тибетский лама по имени Пено Ринпоче, из школы Ньингма. Он нашел несколько сознательных перерождений среди западных людей, и это отнюдь не повредило его финансам. Даже пошло на пользу.

Стивен Сигал провел целый день в Лондоне, и мы могли встретиться. Его интересуют западные тулку, а я являюсь сознательным воплощением. Ему, наверное, хочется разузнать, как это выглядит, и так далее. Мы не встретились. Что ж, встретимся позже.

Но мне не нравится его стиль — везде большие телохранители, люди подходят к нему, согнувшись в почтении... Я хочу, чтобы люди смотрели мне в глаза и общались со мной, и если я сижу выше, чем другие, то это для того, чтобы мы могли видеть друг друга, а не потому, что я считаю себя лучше.

Похоже, что он перенял из тибетского стиля этот порядок, когда старший клует младшего. Но мы не хотим этого на Западе.

Если вы входите после кого-то в туалет и вам кажется, что вы вошли в цветочный магазин, то этот человек, возможно, какой-то особенный. Если же после него остается такой же запах, как после вас, то относитесь к нему как к нормальному человеку.

Уважайте его учение, уважайте то, что у него есть, но не делайте из людей богов.

Сила учителей в том, что они могут общаться напрямую и вести себя с вами нормально.

И высшие тибетские ламы — такие как Кармапа, Далай-лама, — могут это делать. Они совершенно естественны в общении, и им не нужно задира́ть нос.

• Это признак настоящей внутренней силы.

20 *Близится юбилей Пушкина. Очень интересная для меня личность. Что ты можешь о нем сказать?*

Многие деятели искусства — Бодхисаттвы. Я немного знаю Достоевского, Толстого, читал когда-то давно «Братьев Карамазовых». Возможно, я читал и какие-то стихи Пушкина.

В учении Будды говорится, что Бодхисаттвы часто проявляются как великие деятели искусства, чтобы воодушевлять людей и открывать их умы. И нет ничего необычного в том, что тебя кто-то из них вдохновляет.

Я лучше знаю Шекспира, так как могу читать его в оригинале, и в его сочинениях явно содержатся вещи, которые мы назвали бы просветленными озарениями. Почему бы нет в случае Пушкина? Может быть, он является твоим прошлым воплощением. Похож на молодого героя, верно?

21 *Насколько необходим учитель?*

Когда-нибудь нужно с ним встретиться. Каким бы красивым ни было ваше лицо, если никто не покажет вам зеркало, вы этого не увидите. Когда-нибудь кто-нибудь должен сказать вам то, что сказал я сегодня вечером: что ваш ум — Ясный свет, открытый как пространство, лучезарно сознательный и не имеющий никакого окончания или остановки. Иначе вы все время будете смотреть на то, что происходит в уме, и никогда не станете искать сам ум.

Вначале внешний учитель полезен. Он полезен также для того, чтобы время от времени проверять, не становитесь ли вы гордыми или что-то в этом роде. По своему отношению к учителю можно судить о том, на хорошем ли вы пути или становитесь гордыми, усложненными и так далее.

Затем подключается внутренний учитель, который подобен хору в греческих драмах. Он следит за тем, что в вас происходит, и объясняет все по ходу дела.

Наконец, у вас все чаще будут возникать моменты необычайной ясности — вспышки: «Ага!» Вы тогда в точности будете видеть истинное состояние вещей. И это тайный учитель. Он сделает вас просветленными.

Но внешний учитель нужен вам, чтобы время от времени с ним сверяться. Убеждаться в том, что вы не создаете свой маленький мирок сладкой духовности, но находитесь на большой автомагистрали развития.

22 *Приходилось ли вам забирать обратно ваше благословение, защитников и так далее? Если да, то почему? И как люди себя чувствовали после этого?*

То, чем я занимаюсь, не столь лично. Кроме того, Будд нельзя использовать, так сказать, неправильно. Это просветленная энергия.

Если люди сворачивают с верного пути, то Будды не противодействуют им, а скорее как бы отходят в сторону, и человек остается в одиночестве.

Если кто-то ведет себя так, что ему явно лучше побыть некоторое время наедине с собой и не светиться на публике, — если ему нужно проработать какие-то вещи и легче будет это сделать в отсутствие общественного давления, — то я просто посылаю ему меньше силы. Но я никогда сознательно не забираю что-то обратно.

Одна из самых трудных ситуаций, с какими я сталкивался, — это когда один человек хотел отказаться от своего обещания Бодхисаттвы. Я говорил ему: «Послушай, его довольно легко сдерживать. Это будет тебя защищать, это хорошо для тебя; ты ведь не хочешь никому сознательно наносить вред». Но он настаивал, и мне ничего другого не оставалось, как согласиться и пожелать ему удачи. С тех пор я этого человека не видел, но тот случай не доставил мне удовольствия.

Это не личностная вещь. Я бы никогда не стал ни у кого заирать защиту. Но если я вижу, что человек делает что-то явно вредное, то я скорее желаю ему больше покоя и не так много энергии, пока он проходит через какие-то свои кармические штучки.

Если ты лама и у тебя много учеников и за тобой стоит много посвящений и много благословения, то нужно быть очень осторожным. Самое резкое высказывание, которое позволил себе однажды Кармапа — «Ты должен быть осторожен!» Если бы Кармапа назвал кого-нибудь плохим человеком, тот провалился бы на пять метров в землю, испустил дым и исчез. Имея стрелковое оружие, еще можно воевать,

но имея атомные бомбы, нужно быть миролюбивым. Так что это очень деликатная тема.

23 *Встречаешь своего Ламу и чувствуешь себя неуютно и сложно. Что вы посоветовали бы делать?*

Нёндру.

Я также постарался бы проверить, не помещал ли я его не в ту коробку. Если вы помещаете Ламу в коробку бога, личности или моралистичного священника, тогда он не в той коробке. Я там быть не хочу.

Если вы видите Ламу как зеркало для своего лица, как того, у кого больше опыта, чем у вас, кто показывает вам что-то для вас полезное, то довольно естественно будет не напрягаться, а просто наслаждаться встречей и общением с ним. Особенно те, кто испытал сильное влияние христианства и много слышал о грехе и чувстве вины, должны проверять, являются ли их умы действительно буддийскими — расслабленными умами счастливых дикарей. Им нужно посмотреть, достаточно ли у них радости и пространства или они все еще несут на себе груз своей прошлой религии.

24 *В тексте «Лучи лунного света Махамудры» есть цитата Сакья Пандиты, где он говорит, что практика Махамудры может привести к перерождению животным или в бесформенном мире. В чем причина противоречия?*

Это если у вас не очень хороший учитель. Очень важны вибрации, которые от него исходят. Если, например, кто-то объясняет вам пустоту так, что она

вам не нравится, кажется скучной и чем-то вроде черной дыры, то вы действительно можете деградировать, так как закрываетесь для правильного ее восприятия. С другой стороны, если ваш учитель радостен и вызывает в вас чувство того, что пустота — это нечто чудесное, то он поистине приносит вам пользу. Поэтому я всегда только счастливых людей прошу учить Махамудре — людей, которые могут справляться со стрессами и не меняться.

Для того чтобы учить Махамудре, очень важно:

- уметь сохранять присутствие духа;
- иметь чувство собственного достоинства;
- придерживаться хорошего стиля.

Если же ваш ум изменчив, вы подвержены перепадам настроения и люди видят это после того, как получили от вас поучения, то вы действительно можете разрушить их связь с этими поучениями. Для Махамудры вы должны быть непоколебимы. Иначе вы будете вводить людей в заблуждение. Если вы можете поднять их, то нужно уметь и удержать, иначе вы их уроните как раз с той высоты, на которую поднимете. Понимаете?

Если я стану учить вас пустоте так, что вы превратитесь в нигилистов, или если я буду подавать пример такого шаткого человека, которому не хочется доверять, то я перекрою вам доступ к вашей собственной природе Будды, я причиню вам вред. С другой стороны, если я в равной степени силен и уверен в себе каждый день, то вас, по крайней мере, не будут поражать неприятные сюрпризы.

25 *Сколько реинкарнаций будет у Кармапы?*

Нет вполне точных сведений. Дакини говорят — 21, Гуру Ринпоче говорит — 25. Но, наверное, Кармапа

будет всегда, в том или ином виде, но не всегда будет такая культура, в которой он мог бы проявляться как Кармапа. Если культурный уровень, позволяющий ему проявляться в качестве Кармапы, исчезнет, он будет проявляться как доктор, изобретатель лекарств или социальный реформатор, — чтобы помогать существам как-то иначе, но не указывать непосредственно на ум.

26 *Что ты можешь сказать о книге Олдоса Хаксли «Вечная философия»?*

Я писал свою дипломную работу в Копенгагенском университете на тему творчества Олдоса Хаксли. «Рай и ад», «Двери восприятия», «Вечная философия» — по всем этим книгам. Он очень удивительный человек. Все семейство Хаксли состояло из гениев. Они были слишком заняты изучением и забыли позаботиться о наследниках, и теперь их гены потеряны. Поистине жаль. Лучшие умы, невероятные умы.

27 *Оле, знаком ли ты с комментариями Эванса-Венца к «Тибетской книге мертвых»?*

Их невозможно использовать. Я скажу вам, что хорошо в четырех книгах оксфордской серии:

- «Великий йог Тибета Миларепа»;
- «Тибетская книга Великого Освобождения»;
- «Тибетская книга мертвых»;
- «Тибетская йога и тайные доктрины».

Перевод Ламы Кази Дава Самдула. Он был алкоголиком, но в то же время великим ученым. С 1911 по 1917 год он перевел поистине важные тексты Эванс-Венца, который собрал эти поучения в Сиккиме,

близ Гангтока, незадолго до этого получил в Англии докторскую степень за исследования культуры друидов. И он в своих комментариях снова и снова пытается превращать тибетский буддизм то в индуизм, то в друидов, то в теософию — чего только он туда не намешал. Нельзя использовать его комментарии. Можно использовать сами тексты, они необычайно хороши.

28 *Знаете ли вы ламу по имени Намце Ринпоче из Канады? Хороший ли он лама?*

Я его знаю очень хорошо, еще с 70-го года в Гималаях, по монастырю Калу Ринпоче. Он обаятельный, приятный, что-то вроде старого медведя, — этот тип.

К сожалению, его великая преданность затмила его интеллект. Учителя, с которыми у него была наиболее близкая связь, оказались одурачены китайцами, и он совершил ту же ошибку и пошел в том же направлении. Я желаю ему счастья, но сейчас не заинтересован во встрече с ним. То, что тибетцы так легко попались в ловушку, — это признак слабости. Мало прелести в том, как китайцы могут манипулировать ими даже после того, как те от них убежали.

Он в Торонто, и, насколько я знаю, дела у него идут неплохо. Его поучения хороши, просто меня все эти события немного смущают.

29 *Ваше отношение к Четырнадцатому Далай-ламе.*

Он мой старый друг. Мы с ним встречались месяц назад в Граце, в Австрии. Он назвал меня своим старым другом, спросил, как у меня дела, и так далее.

Мы не всегда придерживаемся с ним одного мнения в политических вопросах, но как люди симпатизируем друг другу.

Поверьте, нелегко быть Далай-ламой. Когда становишься ламой, основавшим много центров, узнаешь интересную особенность. Оказывается, люди, которые работают, не жалуются, а люди, которые жалуются, не работают. Очень немногие имеют время для того, чтобы и жаловаться, и работать. Большинству приходится специализироваться в чем-либо одном.

А когда тибетцы жалуются, с ними очень трудно. У них существует целое искусство жаловаться, они действительно могут вас утомить. Далай-ламе приходится иметь дело со всеми этими людьми; кроме того, китайцы для него создают много трудностей.

Запад не хочет ссориться с Китаем: они получают оттуда всевозможные игрушки и резиновую обувь и надеются, что когда-нибудь смогут там зарабатывать деньги, хотя, насколько я знаю, все пока только теряли деньги в отношениях с Китаем. Таким образом, на Далай-ламу оказывается много давления, и иногда он делает вещи, которые не кажутся мне разумными. Тогда у нас возникают разногласия. А когда он делает что-то такое, что мне нравится, то я с ним согласен. Что-то типа того.

Не очень полезным было его поведение в истории с Кармапой. И оно до сих пор не очень полезно. Но он еще принесет пользу позже.

Возможно, мы встретимся с ним в Элисте.

30 *Шри Ченмой — богореализованный человек или нет?*

Это опять-таки тот случай, когда я мало что могу сказать. Он индустриал, и половина всего, что я о нем

слышу, звучит довольно странно, остальное — забавно. Он, например, приглашает всех на большое собрание в Нью-Йорке, ужасно играет на флейте и уходит. Иногда ему что-то взбредет в голову, и он начинает поднимать дома, поднимать слонов. Я так много всего о нем слышу, что не знаю, что сказать.

Я знаю также, что его не любит ЦРУ. Они считают его опасным. Это может быть признаком того, что он очень хороший человек. А вообще — трудно сказать.

31 *Что вы думаете о Карлосе Кастанеде?*

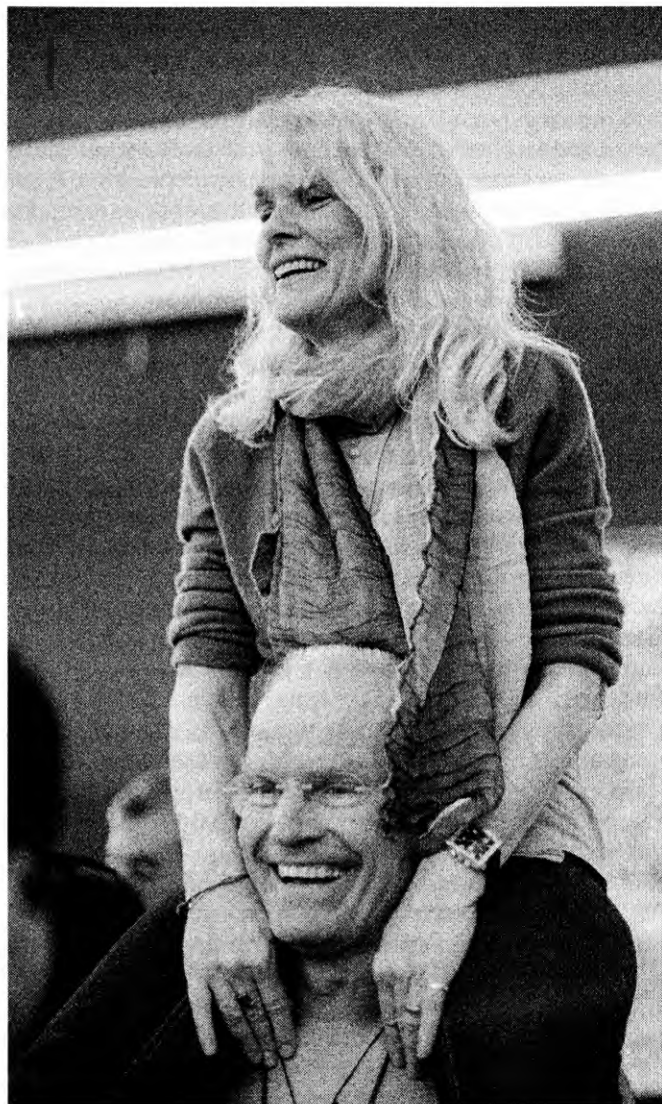
Я знаю человека, который был с ним знаком. Карлос Кастанеда умер около полугода назад. До этого он решил быть мастером тайцзицюань и, по-моему, учил этому в последний год своей жизни.

Человека, который его знает, зовут Тони Карам, и он живет в Мехико. Он однажды приезжал в Россию. Тони знал Карлоса Кастанеду на протяжении нескольких лет. Тот хотел, чтобы Тони стал его учеником, но он всегда отказывался, считая, что у Кастанеды мало сочувствия.

В последний год своей жизни, как я уже сказал, Кастанеда, очевидно, стал мастером тайцзицюань в Америке и брал 1000 долларов за урок. Это было немного странно. То есть в конце что-то вышло из равновесия.

32 *Насколько я знаю, вы были знакомы с Тимоти Лири.*

Да, я знаю Лири, я знаю Грофа, Гинзберга. Я знаю многих «старичков». Мне 57 лет, и вначале мы представляли собой совсем небольшую группу. Сейчас



мы как большие менеджеры, рассеянные по миру, но начало было другим. Я знаю также всевозможные сочные подробности из их жизни.

Если говорить о Лири, то он был своеобразным феноменом. У него не было сочувствия. Если вы были негром или не отличались сообразительностью, если у вас были трудности, то вас для него просто не существовало. Но он мог стоять и шутить два часа и при этом ни разу не повториться. Он был хороший человек, просто у него было мало сочувствия.

Он умер год назад. Говорят, что он хотел зарегистрировать свою смерть в Интернете, но у него это не получилось.

Он был эгоистом и в основном интересовался самим собой. Если вы хотите произвести классификацию всего человечества, то единственное действительно важное разделение — это на людей, думающих о других, и на людей, думающих о себе. Тимоти Лири думал о себе.

Кубический сантиметр его пепла развеяли в космосе с корабля «Аполлон». Также какое-то количество пепла было положено в воду в разных местах. Он каждый день сообщал по Интернету, под воздействием каких наркотиков сейчас находится, что он теперь попробовал, как приближается его смерть... Как маньяк. Все умирают, но Тимоти Лири был уверен, что он очень особенный. Он просто превратил свою смерть в шоу.

С другой стороны, многие люди, попробовавшие ЛСД, становились теплыми и любящими людьми, но потом запутывались, втягивались в наркотики и спустя некоторое время умирали.

Я действительно не советую увлекаться наркотиками. В 1961–63 годах у нас была такая же ситуация, как у вас, в отношении свободы, расширения своего кругозора. Мы тогда восстанавливали

Европу после Второй мировой войны, а вы сейчас оправляетесь после ношения странного пиджака коммунизма. У нас происходили такие же явления — появлялись молодые поэты и художники, и так далее. И в тот период времени наркотиками интересовалась интеллигенция, авангард, а не глупые люди, не отбросы общества, которые сейчас употребляют наркотики на Западе. Это сейчас наркотиками увлекаются неудачники в социальном плане, не имеющие образования. Я хочу, чтобы вы все знали, что из 30 человек, которые начали пробовать наркотики в Дании в 1961–63 годах, в живых нас осталось только пятеро. Это действительно убивает людей.

Итак, мой совет — держитесь подальше! Единственный хороший наркотик — это красивые женщины или сильные мужчины, всякие увлекательные занятия в жизни. Употреблять наркотики — все равно что сжигать свои деньги вместо нефти или угля. Нехорошая идея. Держитесь подальше также от вашего белого яда — водки.

33 *Что бы вы могли сказать об учении Махариши Махеш Йоги?*

Насколько я могу видеть, он один из лучших среди индуистов. Люди, которые приходят от него к нам, делают это в основном потому, что, как они считают, в его учении не хватает сочувствия. Им не хочется делать что-то только для себя; им хотелось бы делать что-то для всех.

Но я думаю, что Махариши дает то, что обещает. Хотя некоторые индуисты его недолюбливают, потому что он построил себе аэропорт в Ришикеше и это мешает йогам, которые там медитируют.

Кроме того, он там единственный, кто окружил свой земельный участок колючей проволокой. Но, я думаю, у него есть передача, и с ним все в порядке. Он на голову выше Бхагавана Раджниша, который просто смешивал все отовсюду.

34 *Как вы относитесь к учению Шри Ауробиндо?*

Честно говоря, я недостаточно об этом знаю. Это один из тех случаев, когда я предпочел бы ничего не говорить, так как мои сведения недостаточны.

Он — индуст. У них есть центр Ауровиль в южной Индии, но, насколько я знаю, там очень мирно и спокойно и немного происходит. Отсутствует динамо-машина, которая способствовала бы движению. Но, конечно, это всегда может снова измениться. Насколько я знаю, это нечто дружелюбное, общественно полезное и — спящее.

35 *Могли бы вы сказать что-нибудь о Линг Гесаре?*

Линг Гесар? Он мне нравится. Он побил мусульман, не пустил их в Тибет. Это произошло где-то около 700 года, по-моему, в период первых царей в истории Тибета. У него было много необычных качеств, необычных сил. Когда мы с Ханной были в Цурпху, в Тибете, мы собрали много кусочков от его кольчуги, и нам удалось пронести их через таможенную в Гонконге. Таможенники все просвечивали, но этих кусочков не заметили. Во многих наших центрах — и здесь, и в других местах мира — есть эти кусочки, и даже у нас еще немного осталось.

Есть его жизнеописание — «Гесар из Линга». Но у меня нет времени даже на то, чтобы писать свои книги, — и, конечно же, у меня нет времени, чтобы читать книги других. Поэтому в моих книгах нет никакого плагиата.

У Линг Гесара есть излучение, где-то в Люблине. Оно имеет магические способности — появляется то в очках, то без очков.

36 *Не могли бы вы рассказать о поведении Бери Ченце Ринпоче в истории с Семнадцатым Кармапой?*

Все это немножко смешно. Он несколько раз подсакивал как лев и приземлялся как ягненок.

Он шел к другим, намереваясь постоять за наше дело, а потом подписывал все, что от него хотели. Но у него есть очень хорошие помощники. Во время большого празднования «Кагью Мёнлам» он должен был мило сидеть вместе с Лопеном Цечу и всеми остальными на земле, но в два часа ночи множество его последователей принесли и поставили для него трон. И наутро он сидел на троне, рядом с Шамарпой и Кармапой. В общем и целом от него было мало пользы. Это все, что я могу сказать.

С другой стороны, в той ситуации он был хозяином... Я рад, что мы от него не зависим.

Что касается его ребенка, о котором говорят, что Кармапа признал его как воплощение Джамгёна Ринпоче, то он может быть одним из нескольких... В общем, здесь нет пока ясной картины — только несколько разрозненных фактов. Наверное, лучше всего сказать так.



Семнадцатый Кармапа

1 *Просьба сказать несколько слов о Тхайе Дордже.*

Тхайе Дордже — это наш великий Семнадцатый Кармапа; вот его портрет. Мы видели его три недели назад. Может быть, три с половиной. В восточных Гималаях, в Калимпонге. Ему пока 14 лет, в мае будет 15, но он удивительный. Он уже ростом с меня, и это приятно, так как тибетцы обычно довольно небольшого роста. У тибетцев тоже появляется поколение витаминов.

Я уверен, что IQ — коэффициент интеллекта у Кармапы не ниже 200 единиц, — он схватывает все на лету. У него развито чувство юмора, он очень веселый, и еще ему свойственно естественное чувство авторитета. Ему также доставляет наслаждение работа с людьми, что можно сказать не обо всех ламах.

Я могу общаться с сотнями людей все время, что я и делаю; но, например, Кюнзиг Шамарпа предпочитает дистанцию. А Кармапа тоже рад все время делать что-то для других.

В то же время он — молодой человек. Одна из причин того, что он оказался в Гималаях, где плохое электричество, невозможно звонить по телефону и не работают компьютеры, — заключается в том, что в Дели Кармапа проводил больше времени в Интернете, чем за чтением старых пыльных книг. И теперь его отправили в горы, где ничего не работает. Он был этим не очень доволен, однако прекрасно справился с этой переменой в своем образе жизни. Я пообещал ему очень особую передачу Махамудры: на заднем сиденье моего мотоцикла — со скоростью 230 км в час по дорогам Германии. В Германии до сих пор можно ездить так быстро, и это невероятное ощущение. Кармапа сказал: «Да, да, да!» Я рассказал ему также о парашютах и прочих вещах, которыми мы занимаемся, и он сказал: «О, у вас интересная жизнь!» Ему сразу захотелось все это попробовать.

Ему также очень понравились рассказы Томека. Что бы Томек ни говорил, это вызывало у Кармапы неудержимый смех.

Он будет чудесен для всех нас. Вы, наверное, читали журнал «Мир Кагью» и знаете, что китайские коммунисты пытались навязать нам ненастоящего Кармапу — глубоко невротичного ребенка. Он сейчас в Цурпху, в Тибете, и он полностью лишен способности на чем-либо сосредоточиться.

Но, к счастью, настоящий Кармапа начал говорить, кто он, и мы его вывезли из Тибета. Я могу сказать с некоторым чувством гордости, что это была западная работа. И я могу также сказать, что это был план, который я придумал 10 лет назад.

2 Скажите, пожалуйста, когда будет коронация Кармапы?

Мы еще не решили. Нам еще предстоит пройти через несколько сражений. Но все идет очень хорошо.

Через два дня после того, как мы уехали от Кармапы около трех недель назад, побывав у него в северо-восточных Гималаях, к нему приехали люди из половины домов Румтека, чтобы получить его благословение. Раньше только две семьи были на нашей стороне, теперь половина. Только я не знаю, для чего мы сможем их использовать. Меня расстраивает политическая незрелость тибетцев. Конечно, это средневековое общество, где никогда не было выборов, политических партий и газет. Все просто старались выяснить, чего хочет Далай-лама, и делать это. Но в современном мире это заставляет их совершать много ошибок. Я весьма сожалею. Они потеряли свою страну, а теперь делают всевозможные ошибки.

3 Имеете ли вы поучения, данные Ситу и Гьялцабом Ринпоче?

Я получил от Ситу Шесть поучений Наропы, а от Гьялцаба Ринпоче — много посвящений, особенно в Алмазный Кинжал, Дордже Пхурбу. Я им за это очень благодарен. Я считаю, что сейчас я защищаю их и помогаю им в их развитии. Они сделали что-то для меня, теперь я делаю что-то для них. Они в этом нуждаются.

4 Как вы думаете, как будут развиваться события в связи с наличием двух кандидатов на роль Кармапы?

Будет усиливаться разделение между нашей линией внутри Тибета и за его пределами. Разумеется,

у нас нет абсолютно никаких шансов влиять на то, что делают в Тибете китайцы. Страна закрыта.

С другой стороны, за пределами Тибета все больше людей видит, как замечателен Тхайе Дордже. Люди, которые посещают второго мальчика в Тибете, по возвращении домой говорят, что он невротичен и не может ни на чем сосредоточиться. А у людей, которые видят и того и другого, не остается сомнений в том, кто есть кто.

Жаль, что нет шансов у людей в Тибете. Жаль также, что мальчики не могут встретиться и посмотреть друг на друга, чтобы возникла ясность, и так далее. В подобных случаях с предыдущими Кармапами это делалось.

Но на этот раз такой возможности нет из-за огромной тени под названием «красный Китай». Но мы все равно побеждаем.

5 *Вероятно, Шестнадцатый Кармапа хотел дать толчок развитию Кагью в двух направлениях: на Западе и на Востоке — в Китае и Тибете. Отсюда такая ситуация с Семнадцатым Кармапой.*

Я думаю, что вряд ли возможно приносить пользу людям, когда ты не свободен, а ситуация вокруг китайского кандидата в Тибете не очень хорошая. У нас есть люди, которые приезжают туда два-три раза в год и смотрят, что там делается. Они не говорят ничего хорошего — они видят систему, основанную на паранойе; видят, что на мальчика оказывается всестороннее давление, и он все время грустен.

Знаете, что я думаю? Я думаю, что Кармапа хотел избавить свое семнадцатое воплощение от всех тех, с кем возникали трудности во время его шестнадцатого воплощения.

Он устроил так, что они связались с китайцами, с ненастоящим Кармапой, а все те, кто остался верен своим связям, получили возможность заботиться об образовании его настоящего воплощения.

Вы узнаете всю эту историю из книги Томека Ленерта «Жулики в рясах». Я думаю, что вы тогда согласитесь со мной, что люди, которые не делали того, что хотел Шестнадцатый Кармапа, оказались на обочине в процессе отыскания его семнадцатого воплощения.

6 *Какие последние новости о Кармапе?*

У него все очень хорошо. Мы были у него несколько месяцев назад. Ему сейчас 15 лет и он ростом почти с меня. Он ест витамины. Мы помогли ему не располнеть: Кати составила для Кармапы программу занятий спортом, а я дал ему некоторые советы по поводу питания. Посоветовал ему есть как можно меньше жира, сахара и соли. Он выглядит очень хорошо.

Хорошо, что Кармапа становится очень самостоятельным. Он слушает, принимает к сведению, проверяет, но решает сам. Это хороший знак.

Что нам не совсем нравится, — но это не связано с ним непосредственно, — так это то, что среди тибетцев опять возникает неясность в приверженности той или иной стороне в линии. Сейчас они решили, что мы одерживаем верх, и постепенно все начинают говорить: «На самом деле я всегда думал так же, как вы». Довольно многие пытаются проскользнуть обратно в наши ряды, при этом не признавая своих ошибок. Я знаю, что так поступают в Азии, но в наших странах мы этого не любим. Это означало бы, что нам придется носить все время на себе этот груз.

Точно так же, как России придется нести груз из-за того, что не предстали перед судом ваши преступники, устраивавшие гугаги. Они сейчас просто умирают. Это опасно, поскольку тогда люди будут думать, что в случае чего они тоже смогут устроить что-то в этом роде. Это нужно сделать не из мести — они все равно сейчас старые и несчастные. Это нужно для того, чтобы возникло коллективное понимание, что так поступать нельзя.

Примерно то же самое сейчас происходит среди тибетцев. Но мы не станем ни на что закрывать глаза. Поэтому так важна книга Томека: там действительно подробно описывается, кто что делал.

Но сам Кармапа — прекрасен. Он слышит что-то однажды, и на следующий день все знает. У него такой интеллект, что вы не поверите. Конечно, большим вопросом всегда остается Корона. Сам он думает, что Корона все еще в Румтеке, а Румтек мы можем заполучить, и довольно скоро. Судебное дело совершенно ясное, только в Индии все время сменяется правительство. Каждый раз перед самым судебным процессом появляется новый премьер-министр и т. д., и опять дело затягивается на несколько месяцев. Но Шамарпа все время платит за то, чтобы наше дело оставалось приоритетным для рассмотрения, несмотря на то, что он много потерял вследствие кризиса в Гонконге и вообще в Восточной Азии. Трудности есть не только у рубля.

Когда индийское правительство сможет продержаться некоторое время, дело будет рассмотрено в суде, и мы получим Румтек. Только мы не знаем, для чего его можно будет использовать. Потребуются годы, чтобы убрать оттуда плохие вибрации.

На самом деле буддизму все труднее существовать на Востоке. Сгорело, наверное, самое святое

место Гуру Ринпоче в Бутане, которое мы посещали несколько раз. По всему видно, что буддизм перемещается к нам, на Запад.

Ага, Кати знает что-то, чего я не знаю. Не сгорели две очень особые старые статуи. Это очень необычно. Хороший знак.

7 *Есть ли какие-нибудь новости из Румтека?*

Более половины населения сейчас поддерживает Тхайе Дордже.

Может быть, это субъективно, но на танцах, организованных в Румтеке, было всего 80 человек, а на встречу с Тхайе Дордже приехало 1000 человек. Более того, в Румтеке побывало несколько наших людей в качестве шпионов, и они говорят, что там ужасная атмосфера. Монахи злые и недовольные, все запрещают, всех отовсюду выгоняют. Я генерал в этом деле, и всегда засылаю своих людей в Цурпху, в Румтек. Они говорят, что люди там напоминают елки — иголки торчат во все стороны.

Они совершили все ошибки, которые могли. Далай-лама тоже под большим впечатлением от того, что мы делаем. Я встречался с ним пару месяцев назад в Граце, в Австрии. Он приехал туда благословить ступу и был очень счастлив меня видеть. По всей Европе ему досаждали приверженцы Шугдена²² со своими плакатами и протестами, и, увидев меня, Далай-лама понял, что мы их выгоним, если они начнут шуметь. Я делал это и раньше, и он знает, что у меня это хорошо получается. Он всегда называет меня своим старым другом.

²² Шугден — непросветленный защитник, используемый в школе Гелугпа. Практика призывания Шугдена была запрещена Далай-ламой, что вызвало недовольство группы гелугпинцев.

8 *Когда состоится церемония Черной короны?*

Для этого нужна Черная корона. Сейчас велика вероятность того, что она в Румтеке. Было бы здорово ее раздобыть. Кармапа без Черной короны подобен Кармапе, у которого одна рука за спиной.

Корона является наиболее непосредственным способом передачи его состояния. Особенно в наших германских и славянских странах она произвела бы большой эффект.

9 *Подтвердилась ли подлинность пророческой тханки Десятого Кармапы с именем Тхайе Дордже?*

Подтвердилась на Тайване, однако за его пределами исследований не проводилось. Подтвердилось то, что золото, которым написано имя Тхайе Дордже, имеет одинаковый возраст с остальной тханкой. Я сам слышал это от Шамарпы около полугода назад.

10 *Является ли Семнадцатый Кармапа просветленным?*

Его суть — да. Но ему, наверное, еще нужно будет поработать со своим телом, чтобы проявить это также через тело. Даже если уже есть проникающее видение, нужны определенные медитации и определенный возраст, чтобы это могло распространиться по всем каналам. Его суть просветленная, и он со временем доведет до совершенства различные аспекты проявления этой сути — я это знаю.

11 *Почему у Семнадцатого Кармапы плохое зрение? Не должно ли его тело быть совершенным?*

Каждый раз, когда ищешь, то находишь гены, какие-то качества которых полезны, а какие-то вредны. Очень трудно найти пакет генов, в котором нет слабых мест.

Тело всегда приносит с собой некоторые трудности. В своем шестнадцатом воплощении Кармапа умер от рака в возрасте 58 лет, и это — тоже не то, чего все хотят. И не столь важно тело, сколько отношение ума к тому, что происходит. Шестнадцатый Кармапа использовал свой рак для того, чтобы избавить своих учеников от многих проявлений негативности. Он превратил телесный недуг во что-то хорошее.

12 *Встречались ли вы с новым Кармапой? Ваши впечатления?*

Предыдущий Кармапа был в большей степени могучим и взрывным, а семнадцатый в большей степени добрый и ученый. Они оба великие.

Шестнадцатый говорил, что Семнадцатый будет добрее. Когда мы спрашивали, почему, он отвечал: «Потому что в будущем люди станут более невротичными, и ему придется быть более добрым».

13 *Сейчас существует тот факт, что есть два Кармапы. Может быть, китайский кандидат тоже рисовал что-то особенное или говорил, кто знает? Скажем, вы*

не убедили меня в том, что ваш кандидат настоящий, и они также не смогли меня убедить. Нельзя ли было бы найти способ определить одного Кармапу? Не могли бы, например, все собраться вместе и все обсудить?

Так было сделано в случае с Восьмым Кармапой, 400 лет назад. Тогда тоже было два кандидата. Удалось устроить их встречу, и Кармапа Микьё Дордже сказал тому, другому, каким воплощением является он, и сказал, что он сам — Кармапа. Мы тоже хотели бы устроить нечто подобное. И такая пресс-конференция — одно из средств этому способствовать.

Если китайский кандидат в Индии, а ваш — на Западе, то что этому мешает?

Да, мы можем это сделать сейчас. Ведь китайский кандидат бежал из Тибета всего две недели назад. Он находится в ретрите. Наш Кармапа сейчас проводит различные мероприятия в Европе. Я очень надеюсь, что интерес, который возникнет благодаря вашей работе, весьма скоро позволит им встретиться. А также будет способствовать организации проверки письма с предсказанием.

Должны ли они решить проблему в личном разговоре друг с другом или решение будет приниматься другими людьми?

Думаю, что и то и другое. И они, и другие. В любом случае все станет ясно по их поведению. Когда люди что-то покупают, они сравнивают; и они также будут смотреть на кандидатов и делать для себя выводы.

Но лучше всего будет, если они смогут решить это вместе. Мы надеемся на это. Это будет наиболее чистая картина для внешнего мира. И позволит нам выглядеть умнее.

14 *Китайцы хотят получить Черную корону, и Тай Ситу хочет получить Черную корону. Вся ситуация, которая сейчас произошла, имеет к этому отношение?*

Частично — да. В настоящее время опасность исходит от человека по имени Джордж Фернандес, подкупленном члене индийского правительства. Был подкуплен также один из его сотрудников. И вот они пытаются завладеть Короной. Это настоящая проблема. И они говорят: пусть Ургьен Тринле останется в Индии, хотя индийцы этого не хотят. Другим приходится их все время одергивать: не говори того, не говори этого.

Все это — части одной большой загадки. Сам Ургьен Тринле не хочет возвращаться в Тибет.

15 *А что говорит Далай-лама по поводу Тхайе Дордже? Он его признает как Кармапу? Что вы думаете по поводу китайского кандидата: он случайный человек или тулку?*

Далай-лама говорит, что может быть несколько воплощений Кармапы, но они признают только Ургьена Тринле.

На самом деле для нас это неважно, поскольку мы не нуждаемся в признании с его стороны. Мы не занимаемся признанием тулку, принадлежащих к линии Гелугпа, и почему они должны признавать нас?

Но все же весь мир знает Далай-ламу, очень хорошо к нему относится, и это — препятствие для нашей работы. Отнимает у нас много времени.

Что касается китайского кандидата, то я не знаю. На некоторых фотографиях похоже, что он — в состоянии великого присутствия, но, с другой стороны, когда я спросил себя, почему мне показалось, что присутствие такое сильное, я обнаружил, что это обусловлено тем, что он выглядит как Стивен Сигал. Так же сидит, такое же выражение лица. Я знаю о нем из нескольких источников: смотрел видеофильмы, а также разговаривал с людьми, посещавшими его. Впечатление неважное. Людям, которые с ним встречались, он чаще всего не нравился.

Я думаю, что у него не развито сочувствие; с другой стороны, это только мое мнение. Конечно, я надеюсь, что он хороший, потому что нам нужно больше хороших людей, а не плохих. Но я бы ограничился этим. Я должен стараться не ошибаться, когда что-нибудь говорю.

16 *Половина твоих учеников говорит по-русски. Как ты считаешь, было бы хорошей идеей попросить Кармапу выучить русский язык?*

Да, если у него будет время. Немцы уже пытаются его учить немецкому. Обычно изучение иностранного языка лучше начинать раньше — в возрасте до 13 лет, чтобы добиться лучших результатов. И тогда он никогда не встретится с такими великими переводчиками, как Вагид, и это было бы обидно, не так ли?

Не знаю, ему очень многое нужно изучить. На самом деле он выехал слишком рано — Кюнзиг Шамарпа хочет отправить его учиться обратно в Гималаи на несколько лет. Он дошел в своем изучении только до уровня Тхеравады и Махаяны; не думаю, чтобы он уже успел как следует углубиться в Алмазный путь.

17 *Можем ли мы представлять Семнадцатого Кармапу внутри линии преемственности, когда делаем Гуру-йогу? Можем ли мы думать, что он является Ламой, к которому мы направляем свои пожелания?*

Я бы думал о всех Кармапах как о единой сути и пока никого бы не выделял. Ты был в Дюссельдорфе, не так ли? Нет? Если бы был, ты бы увидел молодого человека с изящными манерами, замечательного во всех отношениях, но слегка застенчивого, держащегося как бы немного позади, стремящегося разобраться в том, как устроен мир. Ты бы увидел око урагана, тихое место в середине, которое делает все остальное возможным. Но ты бы не увидел рычащего льва. Во-первых, потому что он монах, а во-вторых, потому что мы — его рычащие львы.

Я бы считал его пространством в середине, вокруг которого все вращается, но не стал бы пока брать оттуда много энергии.



Тибет

1 *Что пьют в Тибете?*

Они пьют ужасную смесь, которая называется «масляный чай». Это — соль, очень грубый сорт чая и масло — в основном масло яков.

В Тибете это довольно полезно, поскольку там арктический климат. Хорошо иметь немного жира на груди против ветра. Но когда тибетцы оказываются в теплых странах, они мрут как мухи из-за высокого содержания холестерина в крови.

Кроме того, китайцы всегда заботятся о том, чтобы в Тибете имелись крепкие спиртные напитки. Они не очень любят тибетцев и не против того, чтобы те напивались до смерти.

Масляный чай всем запоминается. И лучше думать, что это суп; если думать, что это чай, то его невозможно будет пить.

2 *У нас в России перевели книгу об истории монастыря Шаолинь. Там говорится, что было сильное соперничество между китайскими*



буддийскими монахами, практиковавшими ушу, и тибетскими монахами с южных Гималаев, которые тоже практиковали ушу. Тибетские монахи оказались коварнее и победили в борьбе. Там также говорится, что события, случившиеся 100 лет спустя, когда Кармапе пришлось покинуть Тибет, явились воздаянием за те грехи.

Я никогда не слышал о том, чтобы в Тибете были кунг-фу, каратэ и чтобы там кто-то бил кого-то ногами по голове. Честно говоря, я не думаю, что там что-нибудь такое было. Если тибетцу кто-то не нравился, он брал свое ружье и — бум! — выпускал в него заряд.

Такие вещи, как каратэ и кунг-фу, возникали в несвободных обществах, где не разрешается иметь оружие.

В Тибете даже монахи брали с собой ружье в дорогу, и у всех были ружья, мечи и все остальное. Я много раз это проверял, и никакой подлинной традиции кунг-фу или каратэ в Тибете не обнаруживал. Не думаю, что она есть.

И этого наверняка не существовало в монастырях, как в Китае. Во всем этом нуждаются люди, которым приходится защищаться без оружия. Зачем так укреплять свои пальцы, чтобы можно было ломать кирпичи, если есть молот или меч?

В этом нет нужды в таком свободном обществе, каким был Тибет. Я также не думаю, что степень просветленности автора позволяет ему судить о причинах исхода Кармапы из Тибета. Похоже на рассказ. Чего только люди не пишут, бумага все терпит. Сейчас на Западе вышла книга, в которой говорится, что Далай-лама людоед, а я — фашист.

Я хочу еще немного рассказать о Тибете и Китае. Несмотря на то, что Кармапы были учителями

китайских императоров начиная с 1250 года, Алмазному пути в Китае на самом деле никогда не учили.

Императоры часто были весьма злобными людьми. Они видели, что Кармапы могут делать всякие чудеса, и не давали людям доступа к этому учению, так как боялись, что те используют его против них. Они сделали доступными только Тхераваду и Махаяну.

Алмазный путь пришел в Китай около 100 лет назад. Тогда империя распадалась, и могли придти различные учителя, такие как Конгка Ринпоче, и основывать центры.

Есть много всяких мифов.

Однако кажется вполне возможным, что фен-шуй был дан вторым Кармапой. В старом закрытом городе в Пекине есть небольшой храм со времен Карма Пакши, где изучали и разрабатывали фен-шуй.

Я видел одну интересную вещь, когда там был. Никто не знал, что это такое. Это так называемое кресло смерти. Не электрический стул, который используется в Америке, — тогда еще не было изобретено электричество. Такое кресло изготавливалось по размерам императоров.

Когда останавливалось дыхание во время смерти, императора сажали в это кресло, которое было устроено так, что все естественные отверстия тела закрывались, и для выхода оставалась только макушка головы.

Я помню, что это кресло стояло в углу, и китайские гиды не имели никакого понятия о том, что это такое.

Конечно, если император был настоящим мерзавцем, ничто ему не могло помочь. Он всегда падал вниз.

3 *Как вы относитесь к проблеме взаимоотношений Китая и Тибета? Что вы делаете в этом направлении?*

Эти отношения можно назвать геноцидом со стороны Китая. Из шести миллионов населения Тибета они убили полтора — в основном во время культурной революции. Это ужасно.

Мы совершали тайное путешествие по Восточному Тибету, посещая места, где не ступала нога белого человека. Моя жена очень хорошая переводчица с тибетского языка, и мы могли не только видеть людей, но и понимать, что они говорят. Ситуация очень плохая.

Китайцы стараются сделать так, чтобы исчезла тибетская культура и тибетский народ.

Жаль, что приходится говорить такие грустные вещи, — но нет сомнений, что это именно так.

4 *Предпринимаете ли вы какие-либо конкретные действия в защиту Тибета?*

Буддизм возник в Индии, а затем переместился в Тибет.

Наверное, самое важное, что мы можем делать сегодня, это создавать буддийские центры на Западе, чтобы знание не было потеряно. Речь здесь идет больше о знании, чем о той или иной национальности. Конечно, мы говорим о тибетцах и всячески их поддерживаем.

Я очень хорошо знаю Далай-ламу, он всегда называет меня своим старым другом. Я знаю его с 72-го года.

Но наши организации не ввязываются в политику. Это соответствует очень ясно выраженному желанию нашего высшего учителя Кармапы о том, что люди могут заниматься политикой самостоятельно, но наши центры не должны проводить никакой политической деятельности.

Наша основная задача — показывать людям, как лучше жить. Это наша настоящая задача.

5 *Расскажите о позиции Панчен-ламы в Тибете.*

Пятый Далай-лама поступил не совсем хорошо — он пригласил в Тибет монголов, чтобы те расправились с другими линиями преемственности, и после того, как они это сделали, ему стало совестно.

Как правило, когда делаешь что-то нехорошее, тебе становится совестно, и ты начинаешь видеть врагов, которых нет.

Он подумал, что старые линии вскоре соберут большую армию, и, чтобы укрепить свои позиции, обратился за помощью к Китаю. Он заключил сделку, в рамках которой как бы вверил Тибет китайцам.

Китайцы очень хорошие политики, они действительно могут смотреть далеко вперед, и они решили, что это их шанс «разделять и властвовать» в Тибете. Они решили организовать дело так, чтобы положение ведущего ламы переходило от Далай-ламы к Панчен-ламе и обратно, что создавало бы возможность для различных манипуляций с их стороны.

Таким образом, они получили свое место в игре. Кроме того, они придумали всякие способы определения новых перерождений лам: имя должно было выбрасываться на бумажке из золотой урны и так далее.

Китайцы, как обычно, обвели тибетцев вокруг пальца.

Недавно центральное тибетское правительство в изгнании признало китайского кандидата на титул нового Кармапы.

Мы очень хорошо знаем друг друга с Далай-ламой, и у нас с ним очень хорошая связь — он всегда обнимает меня и называет своим старым другом.

Я говорил ему три раза: «Если вы допустите, чтобы нам достался Кармапа, которого мы не хотим (то есть китайский политический кандидат), то вы получите Панчен-ламу, которого вы не хотите. Вы согласитесь с тем, что китайцы могут выбирать кандидатов, и этот Панчен-лама выберет нового Далай-ламу, которого никто не захочет».

Большая проблема, очень большая. Может быть, конец 500-летней истории Тибета.

Большая ошибка.



Вредные привычки

1 *Какие есть преимущества и недостатки у трезвого образа жизни для практикующего буддиста?*

Совершенно ясно, что следует избегать табака. Это всегда плохо. Если бы вы увидели легкие курильщика, то вам не захотелось бы иметь все это в своем теле. Они — синие, черные и действительно противные. Поэтому в табаке нет ничего хорошего.

Есть, наверное, только один способ употребления табака, который не вредит здоровью. Это нюхательный табак. После его употребления нужно хорошо высморкаться. Клетки слизистой оболочки носа заменяются каждый месяц и не успевают подхватить рак. Но в любом другом употреблении табака ничего хорошего нет, а молодые женщины не должны пахнуть как пепельницы. И это касается также молодых мужчин.

Что касается алкоголя, то здесь другая картина. Если вы будете выпивать одну-две бутылки пива за вечер после 40 лет, то это, наверное, продлит вашу жизнь. Особенно если у вас плохой рацион, а это бывает часто. В холодных странах люди едят жирную пищу, чтобы

получать калории. Но если вы не можете остановиться, когда пьете, то это признак того, что вы больны. Четыре-шесть бутылок пива выпивать не стоит, это сократит жизнь и затруднит ваше функционирование в ней.

Люди об этом не задумываются, но мы, наверное, являемся первым поколением, которое может сделать выбор не в пользу алкоголя. Все, что потребляли наши предки, было так или иначе пропитано спиртом или связано с ним. С другой стороны, похоже, что в холодных странах и славянских культурах с этим есть проблема, особенно у мужчин. Тогда, напиваясь, вы становитесь глупы и эмоциональны по вечерам, ведете себя как обезьяны, ночью не можете как следует заниматься любовью, а на следующий день вы несчастны и больны и не можете как следует работать. В таких случаях я рекомендовал бы полностью воздерживаться от спиртного. Если вы не можете выпить немного, чтобы расслабиться, но всегда перебарщиваете, то просто не прикасайтесь к спиртным напиткам, исключите это из своей жизни. Каждый раз, когда сильно напиваетесь, вы убиваете тысячи клеток мозга.

Я работал на пивоварне компании «Туборг» и могу вам сказать, что люди, которые пьют каждый день, становятся ужасно глупыми. Так что проверяйте, можете вы держать это под контролем или нет, и, если не можете, то — просто забудьте.

Насколько я знаю, средняя продолжительность жизни мужчин в России снизилась до 59 или 56 лет, и вы сравнялись с Пакистаном. И это из-за алкоголя. Он человекоубийца, берегитесь.

2 А как насчет наркотиков?

Наркотики в некотором смысле намного хуже, чем алкоголь. В гашише намного больше смолы, чем

в табаке. Если кто-то думает, что он очень умный, потому что курит гашиш без табака, то ему стоит знать, что в его легкие попадает намного больше смолы.

Наркотики делают нас слишком скользкими, маслянистыми. С алкоголем мы становимся глупыми и затем ищем себе оправдания, но с наркотиками нам удастся избежать ситуаций столкновения, в которых мы могли бы чему-то научиться. Мы можем идти на всякие хитрости ради того, чтобы не смотреть в зеркало и не видеть свою жизнь. Даже такой действенный наркотик, как ЛСД, может только показать вам дверь, но не может провести вас внутрь. По-моему, единственный хороший наркотик — это красивые молодые женщины или, глядя с другой стороны, крепкие джентльмены. И в любом случае медитация является единственным способом получать необратимые результаты. Здесь у вас есть основа — вы опираетесь на что-то и крепко стоите на своих ногах в самой середине. Остальное — все равно что немного взлететь и приземлиться снова. Я бы не рекомендовал наркотики. Наркотики не должно быть в наших центрах — не только потому, что мы не можем заниматься деятельностью, преступной в глазах общества и терять свою хорошую репутацию единственной в России буддийской школы, которая признана традиционной российской религией; но это просто не полезно для людей. Наркотики приносят неопределенность, неясность, отсутствие прямоты и лишают силы.

3 *Некоторые люди употребляют наркотики с целью познания новых истин и переживания трансперсонального опыта. Что вы думаете об этом?*

В этом нет никакой пользы, это пустая трата времени. Употребление наркотиков подобно сжиганию

своих денег: возникает какое-то тепло, но оно не остается. Единственный наркотик, который я рекомендую, — это красивые женщины. А для того, чтобы чувствовать себя хорошо все время, я рекомендую медитацию.

Мы с Ханной потеряли из-за наркотиков почти все наше поколение. Из 30–40 действительно хороших друзей, которые у нас были в начале 60-х годов, в живых осталось сегодня где-то пятеро, включая нас. А это были лучшие умы моего поколения.

Не делайте этого. Если вы уже употребляли наркотики, пусть это будет для вас стартовой площадкой, а если нет — то в этом нет нужды.

Я не моралист, я регулярно рискую, прыгая с парашютом или передвигаясь на быстром мотоцикле; но из наркотиков ничего хорошего не выйдет.

4 Скажите, пожалуйста, какую-нибудь мантру, чтобы бросить курить.

Может быть, ОМ БЕНЗА ПАНИ ХУНГ, если вам нужна сила. Может пригодиться.

Это — сила всех Будд, Алмаз в Руке (Чанна Дордже — по-тибетски; Ваджрапани — на санскрите).

Он стоит вот так: левая рука в жесте силы, а правая держит дордже. Это так называемая мудра «зипдуг».

5 Я в сентябре дал тебе обет не пить крепких спиртных напитков. Этот обет вызывает у меня некоторое чувство тяжести. И не потому, что я алкоголик. Могу ли я от него отказаться?

Давай сформулируем это по-другому. Каждый раз, когда пьешь крепкий алкоголь, обещаешь себе бросить.

Я не хочу, чтобы ты слишком много пил этой штуки. Средняя продолжительность жизни мужчин в России такая же, как в Пакистане, — около 56 лет. И убивает людей в России алкоголь и плохая химия. Вы такие же люди, как мы, и должны бы жить на 20 лет дольше. Вы — та же раса, живете в тех же условиях, и вы должны доживать до 75 лет, а не до 55. Так что испытывай хотя бы угрозыния совести каждый раз, когда пьешь эту штуку. И если это удержит тебя хотя бы от одной рюмки — уже хорошо. Ты славный молодой человек, я хочу, чтобы ты жил.

Насколько я понял, ты разрешаешь мне выпивать немного водки?

Да, если не будешь напиваться. И каждый раз помни о том, что ты себе вредишь.

Я скажу тебе, что говорят врачи. Если выпиваешь больше трех бутылок пива в день, то ты сокращаешь свою жизнь. Можно подхватить всевозможные болезни — рак мочевого пузыря и так далее. Большой человек сзади тебя — доктор, он может тебе рассказать. Он специально надел белую рубашку, чтобы тебя вынести. Ограничивай себя в этом, пожалуйста. Думай о своей жизни. Я говорю это не ради себя, а ради тебя.

6 Как можно помочь человеку, зависимому от наркотиков?

Поторопитесь обеспечить ему как можно больше боли и проблем. Помогайте ему оказываться в неприятных ситуациях. Чем больше вы миритесь с его привычкой и позволяете ей укорениться, тем труднее будет его вытащить. С самого начала — не слушайте его, говорите: «Не хочу тебя слушать. Ты смешон, избавься от этого наркотика». Не начинайте

говорить: «О, да, я понимаю твою проблему», — даже и не думайте. Выпровоживайте его со словами: «Приходи, когда будешь нормальным». Я не шучу. Сделайте это болезненным. Не делайте это чем-то почетным или артистичным.

7 *То, что происходит сейчас в России, часто сравнивают с тем, что происходило в Европе и Америке в 60-е годы. Хотелось бы вернуться к тому времени и спросить о нем вас как участника той новой волны, когда люди приходили к ненасилию и духовным ценностям, — иногда через такие грубые вещи, как наркотики, драки с полицией и левацкие выступления.*

Наверное, не бывает вечера, на котором я не предупреждаю людей против белого яда, который называется водка. Это самый большой убийца. Я советую людям выпивать вместо этого не более одной-двух бутылок пива. И также не бывает вечера, на котором я не говорил бы людям о том, что большинство моего поколения умерло из-за наркотиков. Я говорю им, что единственный хороший наркотик — это влюбленность.

Я вижу, что здесь может происходить то же самое. Я бы не посоветовал людям употреблять наркотики, потому что ни один наркотик не может сделать нас счастливыми. Наркотик может только взять то счастье, которое мы переживали бы на протяжении нескольких месяцев, и сжать его в семьдесят два или восемь часов своего действия. Мы таким образом растрачиваем подсознательный запас хороших впечатлений, и приходит страдание. Люди должны знать, что это все равно что сжигать свои деньги, вместо того чтобы купить уголь или нефть.

8 *Есть ли в вашей системе какие-нибудь требования к еде?*

У Будды нет абсолютно никаких требований. Это религия для взрослых людей. Будда лишь объясняет, какие действия приводят к тем или иным результатам.

- Его общие рекомендации для теплых стран таковы: наполняйте четверть желудка твердым, половину — жидким, и четверть оставляйте для прохода воздуха.
- А для холодных стран он говорит: наполняйте половину желудка твердым, одну четверть жидким, и одну четверть оставляйте незанятой.
- Что касается вегетарианства, он говорит: ешьте то, что можете себе позволить, не делайте из этого проблемы, но не позволяйте, чтобы животное убивали лично для вас. В этом случае вы будете причиной убийства. Но если еда уже есть, и вы ее едите, то убийство не связано с вашей кармой.



Лама шутит

1 *Насколько плохо увлекаться охотой или рыбалкой?*

Если вы не против того, чтобы за вами охотились или ловили вас в качестве рыбы в следующей жизни, то в этом нет проблемы.

2 *Во время практики Дордже Семпы чувствую, что растворяется верхняя часть головы. Хорошо это или нет?*

Отлично. Тогда можно пить больше водки. Она будет испаряться, и ты никогда не будешь пьянеть.

Был такой человек, по имени Мюнхгаузен. У него были всевозможные способности. Когда он хотел узнать, что происходит в осаждаемом городе, то он садился на пушечное ядро, которое туда летело, и потом, посмотрев все, что хотел, перепрыгивал на ядро, летевшее в обратном направлении, и возвращался.

У него также был друг, русский офицер, которому отстрелили верх головы. Вместо этого у него была

серебряная крышка. Каждый раз, когда слишком напивался, он поднимал крышку, и все испарялось. Вполне практично.

3 *Какие практики могут помочь против внезапных приступов ярости? Это моя серьезная проблема, которую я давно пытаюсь решить. Последствия испытываю все время и сознаю это, но это меня не останавливает.*

Произнесите миллион раз ОМ МАНИ ПЕМЕ ХУНГ. И злитесь только на тех, кто два метра ростом и питается сырым мясом. Это будет увлекательно. Никогда не злитесь на тех, кто ниже вас в весовой категории. Злитесь только на больших людей, тогда злость быстро исчезнет сама. Каждый раз, выходя из больницы, вы будете обещать себе: «Никогда больше не буду злиться».

4 *Говорят, что душа находится под мочевым пузырем: когда сходишь в туалет, на душе становится легче. Как вы думаете?*

Я думаю, это признак того, что существа щедрее, чем они думают: каждый раз, когда избавляешься от чего-то, чувствуешь большое облегчение.

5 *Изменилась ли энергетика зала по сравнению с началом лекции?*

Конечно, она всегда меняется. Вам приходится смотреть на человека, который стоил вам приятного

вечера, во время которого вы могли бы заниматься разными умными вещами; вам приходится проверять, может ли приезжий из Дании знать что-то о таком «азиатском» явлении, как буддизм; вы сравниваете услышанное с поучениями, которые уже слышали раньше, и выясняете, знаю я их или нет.

И спустя некоторое время решаете, что я, похоже, не слишком умен, но, по крайней мере, вел себя дружелюбно, и расслабляетесь.

6 *Оле, еще один несерьезный вопрос. Почему у тебя такой цвет кожи после зимы?*

Потому что я приехал к вам после Австралии, где ужасно злое солнце. Там больше всего людей умирает от рака кожи. И если иногда лежать под солнцем по пятнадцать минут на каждом боку, то через две недели выглядишь так.

Когда приеду домой, пойду в пункт социальной благотворительности и скажу: «Я негр, дайте мне денег». Полчаса на солнце, и выглядишь как Томек. Люди одеваются, когда идут в воду. Кроме того, они всегда ходят в шапках, потому что там озоновая дыра, нет озона.

Кати загорела оттого, что сидела рядом со мной. Она приехала из Германии.

7 *Возможно ли достичь Просветления, не выполняя нёдро?*

Это вопрос лентяя. Я не стану отвечать. (Немного позже.)

Вопрос от лентяя. Как совместить практику нёдро с практикой недеяния?

Нёндро практиковать днем, а недеание — ночью.

8 *Какое благое качество следует развивать для гармоничного общения с мамой-дианетиком и бабушкой, имеющей сильные христианские тенденции?*

Много ваты в ушах. Или способность слышать все звуки как мантры.

9 *Если буддист украл у меня драгоценности, а мне неловко ему об этом сказать, права ли я? Как правильно поступить в этой ситуации?*

Подружитесь с человеком, который два метра ростом и ест только сырое мясо, и попросите его поговорить с ним.

Конечно, нужно что-то предпринять, иначе всегда будет оставаться плохое чувство. Вы всегда можете сказать: «Послушай, ты случайно не завернул себе немного моих драгоценностей?» Или: «Не ты ли случайно отрезал мне пол-уха, чтобы заполучить мою серьгу?»

Или что-нибудь еще.

На самом деле в таких местах, как Колумбия, если кому-то нравится ваше кольцо, его могут отрезать вместе с пальцем. Правда.

10 *Что делать с таблетками Кармапы и рисом, которые раздали центрам?*

Таблетки Кармапы мы обычно используем для больных раком или СПИДом — если человек скоро

умрет. Особенно если у него нет пховы, то это поднимает его ум вверх в теле и приводит в Чистую страну. Рис обычно кладется в вещи, которые вы хотите провезти контрабандой. Тогда полиция их не видит.

Что будет, если съест или дать кому-нибудь?

Я уверен, что вы получите благословение. Если только его не мыли индийской водой, — в этом случае вы получите амёб.

А его мыли?

Надеюсь, что нет. Вы узнаете, если мыли.

11 *В какие-то периоды времени мы живем с такими существами внутри, как микробы, глисты, вши и другие, им подобные. Какой должна быть мотивация при приеме лекарств и ядов против них?*

Спасти многих существ, удалив немногих.

12 *Будет ли следующее воплощение Оле Нидала?*

Вам нужно будет найти мальчика с веснушками, который со всеми дерется, залезает на все деревья и всегда задирает юбки девочкам, чтобы посмотреть, что там. Тогда можете сказать: «Это воплощение Оле».

Можно также спросить Кати, кажется ли он ей правильным Оле. Если он будет все время смеяться невпопад и не сможет ни к чему относиться серьезно, то это тоже довольно хороший знак.

13 *Оле, расскажи, пожалуйста, анекдот про датчан.*

Человек приходит в больницу, и доктор говорит: «Большая проблема. Придется удалить вам мозг. Но дела не так уж плохи: вы можете выбрать между английским, немецким и датским мозгом».

Человек, подумав, говорит: «Возьму датский мозг». Доктор говорит: «Это очень необычно. Почему?» Тот отвечает: «Он, наверное, не был в употреблении».

14 *Как преодолеть физическую неприязнь к партнеру, если он внешне не очень нравится?*

Расскажу вам хороший анекдот. Австралийский. Один говорит: «Я никогда не ложился в постель с невзрачными девушками». И прибавляет: «Но несколько раз просыпался с ними». Не напивайтесь до такой степени, что не знаете, с кем ложитесь в постель. Если кто-то вас не привлекает, то и не сближайтесь.

Я помню, однажды в Исландии настоящая женщина-викинг решила, что она меня хочет. Она просто взвалила меня себе на плечо и унесла. Но затем я решил, что она так пьяна, что не узнает меня наутро. И я удалился. Если в этом не участвует ум, то это бесполезно. Никто не говорит вам разделять близость с теми, кто для вас не привлекателен. Побеседуйте с ними об их коллекции марок и поспешите ретироваться.

На вас не лежит никакой обязанности заниматься любовью с теми, кто вас не привлекает.

15 *Почему не отрезали волосы?*

Не отрезали волосы во время Прибежища на этот раз? По-моему, мы не смогли найти ножницы, не так ли? Нет, было слишком много людей, и был хаос.

Дело в том, что ножницы — острые. Если удается сделать так, что люди упорядоченно движутся оттуда сюда, тогда можно срезать немного волос. Но если все бегут на тебя так, будто ты продаешь последнее мороженое в городе, то делать это опасно. Поэтому я всегда стараюсь направить людей после лекции вот в это пространство между передним рядом и сценой — тогда они физически не могут совершать слишком много незапланированных действий. Правда, иногда они начинают двигаться в двух противоположных направлениях...

16 *В один из периодов моей жизни было чувство, что я нахожусь внутри Черной короны Кармапы. Что это значит?*

Большое благословение. Очень большое благословение. Надеюсь, что там были какие-нибудь отверстия и ты мог через них смотреть.

Традиция Карма Кагью в России и в мире

На сегодняшний день в мире насчитывается более 600 центров медитации данной буддийской традиции, находящихся под духовным руководством Его Святейшества Кармапы XVII Тринле Тхае Дордже и под управлением Ламы Оле Нидала.

Более 85 центров находится в России, на всей территории нашей страны. Они объединены в Российскую ассоциацию буддистов традиции Карма Кагью со штаб-квартирой в Санкт-Петербурге. Ассоциация основана в 1991 году.

Полную информацию вы можете получить в любом городе, из представленных в списке, а также в интернете по адресам — www.buddhism.ru и www.diamondway-buddhism.org

РОССИЯ

Абакан

abakan@buddhism.ru
<http://abakan.buddhism.ru>
Контакт: Наталья Лудова
Тел.: 8 (3902) 230429,
+7913 4414522

Ангарск

angarsk@buddhism.ru
Адрес: 665830, Ангарск,
ул. Мира, 24/21
Контакт: Игорь Шеглов
Тел./факс: 8 (3951) 528058

Архангельск

arkhangelsk@buddhism.ru
<http://arkhangelsk.buddhism.ru>
Адрес: 163045, Архангельск,
ул. Гагарина, 1–4

Контакт: Елена Самбурская
Тел.: 8 (8182) 275948,
+7921 2400012

Архара

arkhara@buddhism.ru
<http://arkhara.buddhism.ru>
Адрес: 676740, Архара,
Амурская обл.,
пер. Дорожный, 6
Контакт: Михаил Париллов
Тел.: +7963 8105298,
+7962 2948114,
+7962 2837605

Астрахань

astrakhan@buddhism.ru
Адрес: 414041, Астрахань,
ул. Белгородская, 1/4–202
Контакт: Ольга Алёшина
Тел.: +7903 3216979,
+7927 5602667

Традиция Карма Кагью в России и в мире

Ачинск

achinsk@buddhism.ru
<http://achinsk.buddhism.ru>
Адрес: 662161, Ачинск
микрорайон 4, 11–39
Контакт: Вадим Шабардин
Тел.: 8 (39151) 57911,
+7913 8366542,
+7923 288 8285

Барнаул

barnaul@buddhism.ru
Адрес: 656049, Барнаул,
ул. Мало-Олонская, 37
Контакт: Пётр Каменных
Тел.: +7913 2325684,
+7913 2149079

Белогорск

belogorsk@buddhism.ru
<http://belogorsk.buddhism.ru>
Адрес: 676850, Белогорск,
пер. Интернациональный, 3–2
Контакт: Елена Китикова
Тел.: 8 (41641) 58217,
+7914 5868964,
+7914 5597440

Бердск

berdsk@buddhism.ru
<http://berdsk.buddhism.ru>
Адрес: 633010, Бердск,
ул. Горького, 2–81
Контакт: Вячеслав Волков
Тел.: +7913 9428390,
+7923 7067961

Благовещенск

blagoveshchensk@buddhism.ru
<http://blagoveshchensk.buddhism.ru>
Адрес: 675002, Благовещенск,
ул. Амурская, 34–2
Контакт: Георгий Придня
Тел.: 8 (4162) 536716,
+7914 5527528

Владивосток

vladivostok@buddhism.ru

<http://vladivostok.buddhism.ru>
Адрес: 690014, Владивосток,
ул. Державина, 3
Контакт: Руслан Федоров
Тел.: 8 (4232) 405233

Владимир

vladimir@buddhism.ru
<http://vladimir.buddhism.ru>
Адрес: 600028, Владимир, про-
спект Строителей, 46–79
Контакт: Николай Соколов
Тел.: +7903 8304531,
+7910 7704765,
8 (4922) 364460

Волгоград

volgograd@buddhism.ru
<http://volgograd.buddhism.ru>
Адрес: 400082, Волгоград,
ул. Фадеева, 43–25
Контакт: Александр Дудкин
Тел.: 8 (8442) 630949,
338624, 236520

Воронеж

voronezh@buddhism.ru
Контакт: Елена Корчагина
Тел.: +7961 6161473,
+7952 5435574,
+7920 4220750

Дзержинск

dzerzhinsk@buddhism.ru
<http://dzerzhinsk.buddhism.ru>
Адрес: 606034, Дзержинск,
ул. Октябрьская, 36–76
Контакт: Александр Гудочков
Тел.: 8 (8313) 264522,
+7906 3575789

Екатеринбург

ekaterinburg@buddhism.ru
<http://ekaterinburg.buddhism.ru>
Адрес: 620147, Екатеринбург,
ул. Расковой, 46
Контакт: Александр Кулигин
Тел.: +7922 6169069,
8 (343) 3828132

Железногорск

zheleznogorsk@buddhism.ru
 Адрес: 662971, Железногорск,
 ул. Проезд Мира, 11–64
 Контакт: Андрей Поломошнов
 Тел.: 8 (39197) 47240

Ижевск

izhevsk@buddhism.ru
 http://izhevsk.buddhism.ru
 Адрес: 426003, Ижевск,
 ул. Красная, 11
 Контакт: Алексей Чирков
 Тел.: +7 909 0607305,
 +7 905 8762088

Иркутск

irkutsk@buddhism.ru
 http://irk.buddhism.ru
 Адрес: 664035, Иркутск,
 ул. Шевцова, 68
 Контакт: Александр
 Вычужганин
 Тел.: 8 (3952) 337914,
 337853

Йошкар-Ола

yoshkar-ola@buddhism.ru
 http://yoshkar-ola.buddhism.ru
 Адрес: 424000, Йошкар-Ола,
 ул. Красноармейская, 47–15
 Контакт: Татьяна Вострова
 Тел.: 8 (8362) 399103,
 +7 937 9399103

Казань

kazan@buddhism.ru
 http://kazan.buddhism.ru
 Контакт: Юлия Ключникова
 Тел.: +7 960 0317046,
 +7 917 2650652, +7 917 2711703,
 +7 917 2705530

Калининград

kaliningrad@buddhism.ru
 http://kaliningrad.buddhism.ru
 Адрес: 236000, Калининград,
 ул. Космонавта Пацаева, 5 а–7
 Контакт: Ирина Агафонова

Тел.: +7 (950) 6783146,
 +7 911 4751139

Канск

kansk@buddhism.ru
 Адрес: 663615, Канск,
 м-н Солнечный, 9–69
 Контакт: Светлана Кедря
 Тел.: 8 (39161) 32516,
 +7 906 9131517, +7 950 4111881

Кемерово

kemerovo@buddhism.ru
 Адрес: 650065, Кемерово,
 пр. Московский, 39 в–3
 Контакт: Светлана Багаева
 Тел.: +7 923 4874245

Киров

kirov@buddhism.ru
 Контакт: Татьяна Князева
 Адрес: 610014, Киров, ул. Ком-
 сомольская, 63–306
 Тел.: +7 919 5201716

Кировск

khibiny@buddhism.ru
 Контакт: Александр Кашин
 Тел.: +7 902 1369577

Комсомольск-на-Амуре

komsomolsk-na-amure@
 buddhism.ru
 http://komsomolsk-on-amur.
 buddhism.ru
 Адрес: 681013, Комсомольск-на-
 Амуре, Октябрьский пр-т, 2–87
 Контакт: Елена Бессонова
 Тел.: +7 914 7752116,
 +7 924 2254787

Краснодар

krasnodar@buddhism.ru
 http://krasnodar.buddhism.ru
 Адрес: 350000, Краснодар,
 ул. Калинина, 356
 Контакт: Юрий Коваленко
 Тел.: +7 918 4581402,
 +7 909 4496281

Красноярск

krasnoyarsk@buddhism.ru
 http://krasnoyarsk.buddhism.ru
 Адрес: 660056, Красноярск,
 ул. Полярная, 152
 Контакт: Александр
 Ильяшевич
 Тел.: 8 (3912) 275543, 279078,
 +7 913 8313140

Курск

kursk@buddhism.ru
 http://kursk.buddhism.ru
 Контакт: Елена Панюкова
 Тел.: +7 903 8752118,
 +7 920 2684971

Кызыл

tyva@buddhism.ru
 Адрес: 667000, Кызыл,
 ул. Комсомольская, 30–4
 Контакт: Уран Артына
 Тел.: +7 905 9204447

Магадан

magadan@buddhism.ru
 Контакт: Александр Леснов
 Тел.: +7 914 8601070

Магнитогорск

magnitogorsk@buddhism.ru
 http://magnitogorsk.buddhism.ru
 Адрес: 455025, Магнитогорск,
 ул. Енисейская, 60/1–2
 Контакт: Александр
 Панкратов
 Тел.: 8 (3519) 004769,
 +7 903 0906775

Москва

moscow@buddhism.ru
 http://www.mantra.ru
 Адрес: 127051, Москва,
 Петровский бул., 17/1–35
 Тел./факс: 8 (495) 6090380,
 9566146

Набережные Челны

chelny@buddhism.ru

Контакт: Сагитт Миннуллин
 Тел.: +7 963 1224333

Находка

nakhodka@buddhism.ru
 http://nakhodka.buddhism.ru
 Адрес: 692909, Находка,
 Находкинский пр., 112–16
 Контакт: Андрей Минаков
 Тел.: 8 (42366) 21573,
 +7 902 5259863, +7 914 7987884

Невинномыск

nevinnomysk@buddhism.ru
 http://nevinnomysk.
 buddhism.ru
 Адрес: 357100, Невинномыск,
 ул. Железнодорожная, 4–2
 Контакт: Елена Кондрашова
 Тел.: 8 (86554) 73637,
 +7 918 8737856

Нижний Новгород

n.novgorod@buddhism.ru
 http://nnov.buddhism.ru
 Адрес: Нижний Новгород,
 ул. Максима Горького, 4
 Контакт: Надежда Белан
 Тел.: 8 (831) 4343272,
 +7 920 2541335,
 +7 920 2574818

Новосибирск

novosibirsk@buddhism.ru
 http://novosibirsk.buddhism.ru
 Адрес: 630091, Новосибирск,
 Красный пр-т, 49–8
 Контакт: Вилор Коляда
 Тел.: 8 (3832) 213716,
 770266

Омск

omsk@buddhism.ru
 http://omsk.buddhism.ru
 Адрес: 644043, Омск,
 ул. Кемеровская, 22–109
 Контакт: Алена Дрохенберг
 Тел.: +7 908 3148405,
 +7 908 7911615

Орел

orel@buddhism.ru
<http://orel.buddhism.ru>
 Адрес: 302000, Орел,
 ул. Металлургов, 27–121
 Контакт: Лидия Юшкова
 Тел.: +7 910 3029435,
 +7 920 8031254,
 +7 905 1677792

Пермь

perm@buddhism.ru
<http://perm.buddhism.ru>
 Контакт: Ольга Гурова
 Тел.: +7 912 0709091,
 +7 902 4745303,
 +7 909 1048386

Пятигорск

pyatigorsk@buddhism.ru
<http://pyatigorsk.buddhism.ru>
 Адрес: 357500, Пятигорск,
 ул. Мира, 13–5
 Контакт: Михаил Григорьев
 Тел.: 8 (8793) 392427,
 +7 918 7664807

Ростов–на–Дону

rostov-on-don@buddhism.ru
<http://rostov.buddhism.ru>
 Контакт: Андрей Авраменко
 Тел.: 8 (863) 2986569,
 +7 903 4060886,
 +7 918 5586569

Самара

samara@buddhism.ru
<http://samara.buddhism.ru>
 Адрес: 443086, Самара,
 ул. Ерошевского, 1–1
 Контакт: Хубита Ламажапов
 Тел.: 8 (846) 9725944,
 +7 927 2079187,
 +7 905 0181106

Санкт–Петербург

petersburg@buddhism.ru
<http://petersburg.buddhism.ru>
 Адрес: 198068,

Санкт–Петербург,
 Никольский пер., 7–26
 Тел.: 8 (812) 3100179,
 7134265

Саратов

saratov@buddhism.ru
<http://saratov.buddhism.ru>
 Адрес: 410003, Саратов,
 ул. Соборная, 110
 Контакт: Елена Катайцева
 Тел.: +7 927 2242470,
 +7 961 6474717,
 +7 905 3698684

Северодвинск

severodvinsk@buddhism.ru
<http://www.severodvinsk.buddhism.ru>
 Адрес: 164500, Северодвинск,
 ул. Индустриальная, 52–8
 Контакт: Максим Титков
 Тел.: 8 (8184) 569824,
 +7 911 5950015, +7 911 6791632

Северск

seversk@buddhism.ru
 Адрес: 636019, Северск, пр.
 Коммунистический, 100–104
 Контакт: Сергей Папулов
 Тел.: +7 913 8210877,
 +7 913 1004836, 8 (3832) 995400

Смоленск

smolensk@buddhism.ru
<http://smolensk.buddhism.ru>
 Контакт: Сергей Мартынов
 Тел.: +7 903 6980200,
 +7 904 3600909

Сочи

sochi@buddhism.ru
<http://sochi.buddhism.ru>
 Контакт: Елена Парунова
 Тел.: +7 988 5048170,
 +7 918 6000459

Ставрополь

stavropol@buddhism.ru

<http://stavropol.buddhism.ru>
 Адрес: 355035, Ставрополь,
 ул. Розы Люксембург, 33–17
 Контакт: Антон Кондрашов
 Тел.: +7 968 2670991,
 +7 918 8606373

Сургут

surgut@buddhism.ru
 Контакт: Сергей Батарчук
 Тел.: 8 (3462) 685858,
 +7 912 8185858

Тверь

tver@buddhism.ru
 Адрес: Тверь,
 Бульвар Шмидта, 15
 Контакт: Алла Тогунова
 Тел.: +7 910 6405424

Тольятти

togliatti@buddhism.ru
<http://togliatti.buddhism.ru>
 Адрес: 445000, Тольятти,
 ул. Спортивная, 16–59
 Контакт: Николай Максимов
 Тел.: +7 961 3865189,
 +7 903 3324715, +7 917 1267552,
 +7 903 3312029

Томск

tomsk@buddhism.ru
<http://buddhism.tomsk.ru>
 Адрес: 634028, Томск,
 пер. Южный, 71
 Контакт: Андрей Мамросенко
 Тел.: 8 (3822) 332253, 330121,
 +7 913 8530121

Тула

tula@buddhism.ru
<http://tula.buddhism.ru>
 Адрес: 300041, Тула,
 ул. Пушкинская, 32–193
 Контакт: Сергей Новиков
 Тел.: +7 910 1674297

Тюмень

tyumen@buddhism.ru

Адрес: 625022, Тюмень,
 ул. Шербакова, 98–204
 Контакт: Ева Гафурова
 Тел.: 8 (3452) 476846

Улан–Удэ

ulan-ude@buddhism.ru
<http://ulan-ude.buddhism.ru>
 Адрес: 670045, Улан–Удэ,
 ул. Николая Петрова, 2 в
 Контакт: Людмила Инкина
 Тел.: 8 (3012) 444383,
 +7 983 4357105

Ульяновск

ulyanovsk@buddhism.ru
<http://ulyanovsk.buddhism.ru>
 Адрес: 432027, Ульяновск,
 ул. Федерации, 163
 Контакт: Виктор
 Тухтаров
 Тел.: 8 (8422) 449531,
 +7 917 6283405

Уфа

ufa@buddhism.ru
 Адрес: 450057, Уфа,
 ул. Тукаева, 1 а
 Контакт: Ольга Супрунович
 Тел.: +7 927 9611335,
 +7 917 3470202

Хабаровск

khabarovsk@buddhism.ru
<http://khabarovsk.buddhism.ru>
 Адрес: 680000, Хабаровск, пер.
 Казачий, 5 (Казачья гора)
 Контакт: Алексей Руль
 Тел.: 8 (4212) 208280,
 +7 914 1912204

Чебоксары

cheboksary@buddhism.ru
 Контакт: Андрей Панушин
 Тел.: +7 909 3004225,
 8 (8352) 682889

Челябинск

chelyabinsk@buddhism.ru

<http://chel.buddhism.ru>
 Адрес: 454008, Челябинск,
 Комсомольский пр-т, 3 а-1
 Контакт: Оксана Луканенкова
 Тел.: 8 (351) 7902993, 9039981,
 +7 908 0698286

Череповец

cherepovets@buddhism.ru
<http://cherepovets.buddhism.ru>
 Адрес: 162600, Череповец,
 ул. Городецкая, 4-19
 Контакт: Валерия Макарова
 Тел.: +7 905 2989616,
 +7 921 7321699

Чита

chita@buddhism.ru
 Адрес: 672000, Чита,
 ул. Анохина, 93-114
 Контакт: Юлия Салтанова
 Тел.: +7 914 4622809,
 +7 914 5036631

Шиханы

shihany@buddhism.ru
 Адрес: 410000, Шиханы,
 ул. Школьная, 7-21
 Контакт: Елена Картунова
 Тел.: +7 919 8343423,
 +7 927 1516218,
 +7 987 3076453

Элиста

elista@buddhism.ru
<http://elista.buddhism.ru>
 Адрес: 358000, Элиста,
 ул. Клыкова, 142-57
 Контакт: Гиляна Оргадурова
 Тел.: +7 (84722) 25550,
 +7 988 6811835

Южно-Сахалинск

sakhalin@buddhism.ru
<http://sakhalin.buddhism.ru>
 Адрес: 693010,
 Южно-Сахалинск,
 ул. Тихоокеанская, 17-8
 Контакт: Роман Зайцев

Тел.: 8 (4242) 285108,
 261432, 761496

Якутск

yakutsk@buddhism.ru
 Адрес: 677014, Якутск,
 ул. Авиаторов, 1
 Контакт: Любовь Степанова
 Тел.: 8 (4112) 495143,
 +7 964 4250134, +7 964 4168019

РЕТРИТНЫЕ ЦЕНТРЫ**Морки**

morki@buddhism.ru
<http://morki.buddhism.ru>
 Адрес: 425120, Республика
 Марий Эл, пос. Морки,
 ул. Кудрявцева, 8
 Контакт: Мансур Мифтахов
 Тел.: +7 903 3266057,
 +7 909 3671756

РЦ в Карелии

karelia@buddhism.ru
<http://karelia.buddhism.ru>
 Адрес: 186753, Карелия, по-
 селок Хаапалампи,
 урочище «Чайка», 1
 Контакт: Александр Шитов
 Тел.: +7 921 3393006,
 +7 921 2231531

Калабрия

calabria@buddhism.ru
<http://calabria.buddhism.ru>
 Адрес: 357355, Ставропольский
 край, Предгорный район,
 хутор Верблюдогорка,
 ул. Карамзина, 7
 Контакт: Дмитрий Овчинников
 Тел.: +7 918 7664807,
 +7 919 7589851

Аскат

askat@buddhism.ru
<http://askat.buddhism.ru>
 Адрес: 649220, Республика
 Алтай, Чемальский район,

село Аскат, ул. Кузьмы
 Басаргина, 7
 Контакт: Илья Сандомирский
 Тел.: +7 913 9051658,
 +7 913 9981424

Подкаменная

podkamennaya@buddhism.ru
<http://podkamennaya.buddhism.ru>
 Адрес: Иркутская область,
 п. Подкаменная, ул. Лесная, 4
 Контакт: Геннадий Катунцев
 Тел.: +7 902 5610350,
 +7 950 1044782

Боярск (Байкальский

ретритный центр)
boyarsk@buddhism.ru
 Адрес: Республика Бурятия,
 Кабанский р-н, пос. Боярск,
 ул. Байкальская, 41
 Контакт: Дмитрий Блинов
 Тел.: +7 914 8956534

УКРАИНА

www.buddhism.org.ua

Днепропетровск

www.buddhism.dp.ua
 Тел.: +38 (0562) 318576

Киев

www.buddhism.kiev.ua
 Тел.: +38 (044) 5599421

Луганск

www.buddhism.lg.ua
 Тел.: +38 (0642) 581075

Ужгород

uzhgorod@diamondway-center.org
 Тел.: +38 (050) 2795725

Харьков

www.buddhism.kharkov.ua
 Тел.: +38 (057) 7716029

Чернигов

chernihiv@diamondway-center.org
 Тел.: +38 (0462) 612497

БЕЛАРУССИЯ

www.buddhism.by

Минск

www.minsk.buddhism.ru
 Тел.: +375 (29) 5594684,
 7035268, 6991308

ЛАТВИЯ

www.buddhism.lv

Рига

riga@diamondway-center.org
 Тел.: +371 (264) 69075

ЛИТВА

www.budzimas.lt

Вильнюс

vilnius@budizmas.lt
 Тел.: +370 (610) 06639,
 (698) 22414

МОЛДОВА**Кишинев**

chisinau@diamondway-center.org
 Тел.: +373 (22) 233808,
 (79) 632518

ЭСТОНИЯ

www.buddhism.ee

Таллинн

tallinn@diamondway-center.org
 Тел.: +372 (566) 77631,
 (556) 82286

Серия «Буддизм сегодня»
Научно-популярное издание

Лама Оле Нидал
Глубина славянского ума
Буддизм в вопросах и ответах.
Том I

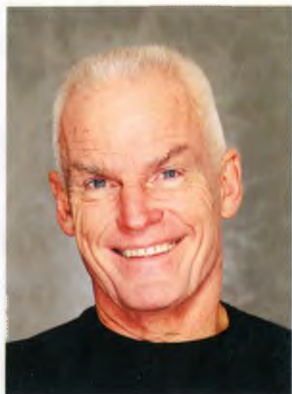
Перевод с английского *В. Рагимов*
Редакторы *А. Койбагаров, Е. Леонтьева, В. Рагимов,*
М. Львов, А. Русакова, О. Широбоков
Корректор *Г. Калашникова*
Оригинал-макет *М. Костенко*
Верстка *М. Костенко, А. Игнатова, С. Кретинин*
Дизайн переплета *А. Игнатова, М. Костенко*
Фото из архива Российской ассоциации буддистов
традиции Карма Кагью и Международного архива
Ассоциации центров Карма Кагью.

Издательство «Алмазный путь»
Россия, 198068, Санкт-Петербург, Никольский пер. 7-26
E-mail: buddhism.ru@buddhism.ru
Отдел сбыта: books@buddhism.ru

Формат 70x90 1/32. Бумага офсетная.
Подписано в печать 01.06.2012 г.
Печать офсетная. Усл. печ. л. 12,87
Тираж 2000 экз. Заказ 8902.



Отпечатано в ОАО «Можайский полиграфический комбинат».
143200, г. Можайск, ул. Мира, 93.
www.оаомпк.ру, www.оаомпк.рф тел.: (495) 745-84-28, (49638) 20-685



О книге

Для линии преемственности Карма Кагью важнейшей является именно устная передача — то есть поучения, услышанные непосредственно от учителя.

Данная книга составлена из ответов Ламы Оле Нидала на вопросы, заданные ему на курсах и лекциях во время традиционных путешествий по России в конце 90-х годов.

Об авторе

Лама Оле Нидал — мастер медитации, первый европеец, которого официально признали Ламой традиции Карма Кагью тибетского буддизма. С 1972 года Лама Оле Нидал, следуя пожеланиям своего главного учителя Гьялвы Кармапы XVI, основал по всему миру более 600 центров буддизма Алмазного пути, в которых его ученики знакомятся с этим древним Учением и медитируют.

Лама Оле Нидал — автор 10 бестселлеров, переведенных на 25 языков и изданных более чем в 40 странах мира.



9 785943 030468