

САМЫЙ ВАЖНЫЙ ВОПРОС

ВОПРОС 1

Первая подружка появилась у меня в шестом классе, когда мне было 12 лет. Невозможно сосчитать, сколько раз я вступал в отношения с тех пор — должно быть, десятки. И почти каждый раз они заканчивались очень печально, хотя вначале я возлагал на них большие надежды и думал, что в этот раз все будет иначе. Я применял все возможные советы, я прочитал все возможные книги, но у меня печальное предчувствие, что мне ничего не поможет. Скажите с самого начала, в нескольких словах, почему метод Кармы Любви поможет мне, если множество других методов не сработало?

Я верю, что вы перепробовали все, или, по крайней мере, многое, чтобы найти настоящие отношения. А все, что вы не испробовали, вы видели на чужом опыте и убедились, что это тоже не помогает. Я думаю, все согласятся, что если подход Кармы Любви работает, то он должен в корне отличаться от всего, о чем вы слышали ранее. Так оно и есть.

Прежде всего Карма Любви действует, и действует всегда. Видите ли, почти все, что мы предпринимаем в жизни, мы делаем с пониманием того, что это может получиться, а может и нет. Даже принимая таблетку аспирина от головной боли, мы глотаем ее и надеемся, что она поможет.

И вполне возможно, что так и произойдет, но, возможно, и нет. Как это ни печально, но каждый из нас на собственном опыте убедился в том, что все работает только время от времени. Никому и в голову не придет взять пустую пачку от аспирина, вернуть ее обратно в аптеку и потребовать назад половину денег, потому что половина таблеток не помогла, когда болела голова. Мы привыкли к неудачам, мы ожидаем их, по крайней мере, время от времени, и в глубине души верим, что это жизненная неизбежность — нечто, что мы не в силах изменить.

Тем не менее карма работает всегда, если вы правильно понимаете, как ее использовать. Чтобы добиться такого понимания, потребуются серьезные усилия. Эта книга вам не поможет, если вы не готовы к восприятию новых идей, к размышлению над ними и к соответствующим действиям. Для начала вам придется понять, откуда на самом деле происходит весь мир вокруг вас. А затем вы начнете использовать эти знания для создания отношений, о которых мечтали всю жизнь.

Так что давайте прямо с ходу приступим к самой основной новой идее, которую вам предстоит изучить: к идее пустоты. Я держу в руке ручку и спрашиваю вас:

— Что это такое?

— Ручка, — быстро отвечаете вы.

— А если сейчас в комнату забежит щенок и я помашу этим предметом у него перед носом, что он сделает?

— Ну не знаю. Думаю, что он с удовольствием его пожует.

— Тогда чем же щенок считает эту ручку?

— Ну, можно сказать, что для него это палочка для игры. Это был первый шаг в вашем понимании пустоты.

Теперь пойдем дальше.

— Хорошо, тогда кто прав, человек или собака? Это все-таки ручка или палочка для игры?

— Я полагаю, что правы оба: для меня это ручка, для собаки — палочка для игры.

— Хорошо, хорошо. Права животных и все такое... Получается, вы оба правы. Этот объект, с точки зрения разных на-

блюдателей, является и ручкой, и палочкой для игры. Теперь следующий вопрос. Если я возьму этот объект и положу его вот сюда на стол, а вы со щенком оба выйдете из комнаты, то чем этот объект будет являться — ручкой или игрушкой?

— Ну, если нет никого, кто воспринимал бы объект тем или иным образом, то, я думаю, мы должны были бы сказать, что объект не является ни тем ни другим — ни ручкой, ни игрушкой. Но он обладает потенциалом быть и тем и другим, в зависимости от того, кто вернется в комнату — человек или собака.

Ну вот, теперь вы поняли. Вы уже освоили очень трудное понятие пустоты, идею, которая абсолютно необходима, если вы собираетесь создавать себе совершенного партнера. Постарайтесь понять, что означает понятие «пустоты». Это не чернота повсюду, и не выражение «ничто является ничем», и не принцип «ничто не имеет смысла».

Предмет, лежащий на столе, после того как человек и собака покинули комнату, «пуст», потому что он ничем не заполнен — как чистый белый экран перед началом фильма. Все вокруг нас и каждый человек в нашей жизни являются такими же: они пусты, чисты, свободны. Вы можете быть очень недовольны человеком, с которым у вас закончились отношения, но наверняка найдется много других людей, считающих его весьма приятным. Он — как и ручка: все зависит от того, что вы видите, все зависит от того, кто смотрит.

— А теперь возьмите ручку в одну руку, держите ее перед своим лицом и покажите мне другой рукой, откуда происходит ручка: от себя самой или от вас. Проведите рукой по направлению от ручки к своим глазам, если вы полагаете, что ручка происходит из себя самой. Или же проведите рукой по направлению от глаз к ручке, если вы считаете, что ручка приходит от вас.

Почти все показывают от себя к ручке:

— Она исходит из меня, она должна происходить от меня. А палочка для игры происходит от щенка.

— Правильно. Если бы ручка была сама по себе ручкой, тогда и пес должен был бы видеть в ней ручку... он постарался

бы схватить ее лапой и написать, может быть, стихи для своей подружки-собаки со словами: «У тебя великолепный хвост!»

Итак, здесь нам все ясно: ручка происходит из меня. Сама по себе она и не ручка, и не игрушка. Она пуста, она свободна. Таким образом, если я вижу ручку, то она происходит из моего собственного сознания.

Тогда можем ли мы закрыть глаза и пожелать, чтобы ручка превратилась в кольцо с бриллиантом? Попробуйте прямо сейчас и посмотрите — вы сами знаете, что не получится. Великолепный новый молодой человек может происходить из вашего сознания, но это отнюдь не означает, что вы можете просто закрыть глаза и вызвать его к существованию. Мы можем хотеть, желать и молиться обо всем, что нам нужно, но этого не происходит — каждый одинокий человек на земле *желает*, чтобы рядом кто-то был, но желание не вызывает появление другого человека.

Так почему же мы видим ручку? Как она приходит из нашего сознания?

В нашем сознании есть семена, кармические семена. Они лежат глубоко в нашем подсознании, и, когда приходит время, они прорастают, как семена деревьев. Я держу в руке перед вашим лицом черную палочку. В какую-то долю секунды кармические семена открываются в вашем сознании — и вот возникает яркий образ ручки. Эта крошечная картинка ручки возникает между вами и черной палочкой в тысячную долю секунды — так быстро, что вы в жизни не заметите, как это происходит — и вот перед вами ручка.

И это *настоящая* ручка. Вот до чего хороши ментальные картинки. Вы можете взять ее и писать.

Понимаете, к чему я веду? Если вы женщина, которая ищет партнера, и привлекательный мужчина заходит в кафе «Старбакс» и поворачивает голову в сторону вашего столика — это то же самое, что и ручка. Он приходит из семян в вашем сознании. Ах! Теперь все, что нам нужно, — это узнать, как же сеять эти семена.

Если коротко, то мы можем посеять семена только при помощи другого человека. Чего бы мы ни хотели, сначала

мы должны увидеть, как то же самое получает кто-то другой. Когда мы помогаем кому-то получить то, что он хочет, это действие засеивает в нашем уме семена, позволяющие позднее нам самим получить то же самое, так как семена созревают и открываются.

Это означает, что вы можете *посеять* своего будущего партнера или изменить все, что хотите, в партнере, который у вас уже есть — потому что все происходит из вас. Вам просто нужно научиться это делать: чтобы стать хорошим фермером, вам надо научиться правильно сеять семена и хорошо за ними ухаживать. И тогда у вас будет все.

И вот ответ на ваш первый вопрос, самый важный из всех: *да, у вас могут быть и партнер, которого вы только пожелаете, и те отношения, о которых вы мечтаете*, если только вы научитесь сеять правильные кармические семена. Это мы и собираемся раскрыть в 100 вопросах, которые вы найдете в этой книге. Каждый раз, отвечая на чей-то вопрос, мы знакомим вас с техникой кармического земледелия. Мне бы хотелось, чтобы первым делом вы сели и прочли эту книгу от начала до конца, даже если какие-то вопросы перед вами пока не стоят.

Постепенно вы обучитесь всему, что вам необходимо знать о Карме Любви. После этого вернитесь к вашей собственной жизни. Так вы будете готовы применить на практике ответы, найденные здесь. Это новая, совершенно новая система из древнего Тибета, которая работает всегда, и в этом ее отличие от всего, уже известного вам.

Почти все поднятые здесь вопросы относятся к традиционному партнерству — между девушками и молодыми людьми, мужьями и женами — поскольку именно в таком виде вопросы приходили ко мне со всего мира. Тем не менее изложенные здесь принципы были успешно применены множеством людей и в других отношениях: семейных, дружеских, коммерческих, коллегиальных, а также и в однополых отношениях. Поэтому спокойно используйте Карму Любви во всех своих контактах с другими людьми.

ПОИСК ПАРТНЕРА

ВОПРОС 2

Где мне искать своего партнера?

Энн обратилась ко мне несколько лет назад со странной просьбой. Как и все в этой книге, это правдивая история или несколько правдивых историй, объединенных в одну. Имена же изменены из уважения к личной жизни моих друзей.

Энн родом из Азии, поэтому по традиции обращается ко мне с титулом:

— Геше-ла, Вы монах. Буддийские монахи являются *фа ли ву биан*, как мы говорим в Китае, — они обладают особой духовной силой. Я знаю монахов, которые практикуют гадание *мо*. Они могут предсказывать будущее людям, которым что-то нужно узнать. И мне нужно узнать кое-что.

— Что же? — спрашиваю я.

Энн смотрит слегка застенчиво.

— Ну-у, — говорит она, — мне нужен парень, но я не знаю, где его лучше искать. Я подумала, Вы могли бы сэкономить мне много времени и освободить от беспокойств, если бы заглянули в будущее и рассказали мне, где же мы встретимся.

Я прихожу в легкое замешательство, так как ожидал вопроса типа «какую медитацию мне надо делать на этой неделе», и тяну время.

— Так... как ты сама *думаешь*, где бы ты могла его встретить?

— Я думаю, надо попробовать или в интернете, или на танцах. Проблема вот в чем: мне кажется, что каждый, кого я встречу в интернете, окажется болваном в том смысле, что будет проводить гораздо больше времени с ноутбуком, чем со своей девушкой. Опять же, тот, кого я встречу на танцах, будет, ну... из тех, кто *бегает* по клубам и вряд ли захочет поддерживать долговременные отношения.

Я не предсказываю будущее, но в одном тибетском монастыре, приютившемся в центре Нью-Джерси, где я жил, было много монахов преклонного возраста из Монголии, которые делали это очень хорошо. Я годами наблюдал за ними и потому знал, как устроить хорошее шоу, когда оно может кому-нибудь помочь.

Тибетские монахи предсказывают удачу с помощью пары кубиков, но монголы придумали лучший способ. Они берут суставные бараньи кости, по форме напоминающие кубики, и вываривают их до белизны. Затем бросают их на стол, смотрят, как они приземляются, и рассказывают человеку, что с ним произойдет. Так и я бросил бараньи кости и склонился над ними, стараясь выглядеть очень серьезным.

— Хмм! — сказал я и добавил: — Хум!

И еще пару мантр для верности:

— Ом мани падме хун. Ом мани падме хун!

После этого полагается завопить:

— Ага! Вот!

Энн наклоняется над костями:

— Ну что, Геше-ла, я найду его в интернете?

— Нет, нет! — произношу я внушительно. — Это не интернет! Это не может быть интернетом!

— О, — восклицает она, — тогда, должно быть, на танцах!

Я очень медленно склоняюсь над костями и тщательно их исследую.

— Нет, не там. В клубе ты его не встретишь!

— Тогда где же? — спрашивает она.

Я выдерживаю паузу, опять склоняюсь над костями, вглядываясь в них, потом медленно выпрямляюсь и смотрю ей в глаза.

— Тебе придется пойти... в дом престарелых!

— В дом престарелых?

Глаза Энн расширяются, она недоверчиво смотрит на меня и после долгой паузы произносит:

— Но Геше-ла, Вы не понимаете.

— Не понимаю чего? — ворчу я.

— Я имела в виду, — она краснеет, — я имела в виду... Геше-ла... мне хотелось бы *молодого* парня!

Я смеюсь и объясняю:

— Нет, это ты не понимаешь. Скажи мне, почему тебе хочется иметь друга?

— Ну, — быстро отвечает она, — посмотрите, как проходит моя жизнь. У меня хорошая работа в компании на Манхэттене. Я работаю полный день, мне нравится моя работа, а потом я иду домой. Я готовлю себе небольшой ужин, это занимает 45 минут. Потом я сажусь и одна его съедаю, это занимает 5 минут. А потом я мою посуду, это еще полчаса. Вы понимаете, я трачу больше часа на ужин только для того, чтобы сесть и съесть его в одиночестве, и никто не сидит за столом напротив меня, не ест со мной, не наслаждается тем, что я готовлю, и не спрашивает, как прошел мой день.

— Значит, тебе одиноко, — говорю я, — и тебе хочется, чтобы кто-то был рядом: ты хочешь общества любимого человека.

— Вот именно, — она кивает с облегчением.

— Именно, — вторю я ей, — вот почему тебе и нужно идти в дом престарелых. Ты хочешь общения. Поэтому первым делом тебе надо посеять в своем сознании кармические семена общения. Когда эти семена прорастут, ты встретишь своего парня где угодно. Способ создать семена общения — это сначала обеспечить его кому-то другому. А один из наилучших способов подарить общение — это отправиться в дом престарелых.

Иди в дом престарелых и навещай пожилую, морщинистую, всеми забытую женщину, к которой никто не приходит и у которой плохо пахнет изо рта из-за больных зубов. Она будет повторять тебе одно и то же каждый раз, когда ты будешь приходить: «Я уже рассказывала тебе о том парне, который у меня был в колледже? Так вот, он был великолепен!»

Тебе не надо сидеть с ней постоянно, просто навещай ее время от времени, скажем, раз в неделю или две. Принеси ей цветы, приглашай ее иногда пообедать, помоги ей с бумажными делами или с уборкой в комнате. Но самое главное — составь ей компанию: слушай истории из ее жизни, даже если она рассказывает их в сотый раз, и делись с ней своими. Ты многое почерпнешь из ее жизни, а она даст тебе хороший совет, касающийся твоей собственной.

Так ты создашь семена общения, и, когда они раскроются, ты встретишься со своим другом. Если зерно уже посажено, то не имеет никакого значения, где ты будешь искать его: в интернете, в клубе или даже сидя в собственной квартире — он придет, он должен прийти. А если ты не посеешь эти новые семена и будешь искать друга или в интернете, или в клубе, то ты можешь либо встретить его, либо не встретить. Потому что, возможно, в твоём сознании уже есть старые семена для этого, а может быть, и нет.

Дело в том, что Энн разительно отличается от большинства людей, которым я когда-либо давал советы. Потому что она действительно идет и делает все в точности так, как я ей сказал.

Несколько месяцев спустя она мне позвонила.

— Геше-ла! Отличные новости!

— Какие же?

— В общем, я делала то, что Вы мне сказали, с одной пожилой женщиной. И вот я поехала в Сан-Франциско, чтобы провести там урок йоги. Все участники группы друг за другом заходили в комнату, а я высматривала его. Ну, Вы понимаете...

— Да?

— Ну и... Вы знаете, на занятия по йоге, как правило, в большинстве своем приходят девушки... И он все не появлялся.

Я растерялся:

— И?..

— А потом, через 5 минут после начала занятия, вдруг дверь открывается, и этот парень стоит в дверях. Он опоздал.

— Так, и что?..

— И вот он смотрит через всю комнату прямо на меня, и понимаете... это прямо как в кино — точно как взаимная любовь с первого взгляда. Представляете, мы там все сидим, и вся группа смотрит на меня и ждет, что я ему скажу, а я не могу отвести глаз от этого восхитительного парня.

Шесть месяцев спустя раздался еще один звонок.

— Геше-ла, это Энн. Так... Вы же монах, правильно? Буддийский монах?

— Он и есть, — согласился я.

— Ну... а буддийские монахи, они... вообще когда-нибудь проводят свадебные церемонии?

— Да, проводят.

И я ее провел. И это было прекрасно, на Манхэттене, сплошное белое кружево и черные костюмы.

Вы поняли, о чем речь? Энн не *нашла* партнера. Она *создала* партнера. Когда вы соблюдаете принципы Кармы Любви — а это принципы Огранщика Алмаза — ничего не происходит случайно. Мы очень ясно определяем, чего хотим, а потом помогаем кому-то другому первыми получить именно это, чтобы посеять кармические семена. После этого все происходит само собой — никаких хлопот, никаких сюрпризов. Он приходит и дарит нам общение, потому что мы составляли компанию кому-то еще.

Итак, не сидите и не старайтесь принять решение: клуб, интернет или занятие йогой. Ищите тех, кто одинок, и если вы ищете, вы начнете встречать их повсюду: не только одиноких стариков, но и одиноких детей, чьи родители слишком заняты, или одиноких ровесников, сидящих рядом с вами на работе или в автобусе. Предложите им свою дружбу, составьте им компанию и поддерживайте эти отношения. Сделайте это своей миссией. Семена будут посеяны, и ваш партнер придет. И неважно, куда вы отправитесь на его поиски.

СОДЕРЖАНИЕ

Благодарность автора... 3	Вопрос 21 96
Предисловие..... 7	Внешность..... 100
Самый важный вопрос 11	Вопрос 22 100
Вопрос 1..... 11	Общение, часть первая 106
Поиск партнера 16	Вопрос 23 106
Вопрос 2..... 16	Вопрос 24 109
Что мне следует искать в партнере? 21	Вопрос 25 112
Вопрос 3..... 21	Вопрос 26 115
Цейтнот 26	Вопрос 27 119
Вопрос 4..... 26	Вопрос 28 123
Обязательства..... 38	Депрессия..... 127
Вопрос 5..... 38	Вопрос 29 127
Вопрос 6..... 42	Алкоголь и наркотики..... 132
Вопрос 7..... 45	Вопрос 30 132
Вопрос 8..... 51	Общество..... 142
Любовь..... 56	Вопрос 31 142
Вопрос 9..... 56	Уверенность 149
Вопрос 10 60	Вопрос 32 149
Жить вместе..... 63	Дом..... 156
Вопрос 11 63	Вопрос 33 156
Вопрос 12 67	Совместные занятия..... 161
Вопрос 13 70	Вопрос 34 161
Вопрос 14 74	Проблемы
Вопрос 15 77	со сном 167
Секс, часть первая 81	Вопрос 35 167
Вопрос 16 81	Вопрос 36 174
Вопрос 17 83	Контроль 182
Вопрос 18 85	Вопрос 37 182
Вопрос 19 87	Вопрос 38 185
Доверие..... 91	Вопрос 39 189
Вопрос 20 91	

Родственники	325
партнера	325
Вопрос 40	329
Вопрос 41	333
Равенство	337
Вопрос 42	337
Секс, часть вторая.	339
Вопрос 43	343
Вопрос 44	343
Вопрос 45	348
Самоуважение	351
Вопрос 46	355
Веселье	355
Вопрос 47	359
Вопрос 48	363
Вопрос 49	363
Вопрос 50	365
Взгляд	365
в будущее.	369
Насилие	372
Вопрос 51	375
Вопрос 52	375
Эмоциональная	379
поддержка	384
Вопрос 53	384
Вопрос 54	388
Вопрос 55	393
Вопрос 56	397
Верность	400
Вопрос 57	400
Эгоизм	405
Вопрос 58	405
Еда и вес	409
Вопрос 59	409
Вопрос 60	414
Вопрос 61	414
Вопрос 62	417
Финансы	417
Вопрос 63	417
Вопрос 64	417
Вопрос 65	417
С друзьями	417
Вопрос 66	417
Вопрос 67	417
Общение,	417
часть вторая	417
Вопрос 68	417
Вопрос 69	417
Вопрос 70	417
Зависимость	417
Вопрос 71	417
Вопрос 72	417
Дети	417
Вопрос 73	417
Вопрос 74	417
Вопрос 75	417
Вопрос 76	417
Религия	417
Вопрос 77	417
Вопрос 78	417
Секс, часть третья.	417
Вопрос 79	417
Вопрос 80	417
Вопрос 81	417
Вопрос 82	417
Привычные модели	417
поведения	417
Вопрос 83	417
Разрыв отношений	417
Вопрос 84	417
Вопрос 85	417
Умиротворение	417
Вопрос 86	417
Вопрос 87	417

Вопрос 88	421	Вопрос 96	443
Вопрос 89	425	Высокие материи.	447
Счастье.....	429	Вопрос 97	447
Вопрос 90	429	Вопрос 98	457
Вопрос 91	431	Вопрос 99	459
Вопрос 92	433	Вопрос 100.....	463
Состариться вместе . . .	435		
Вопрос 93	435	Алфавитный	
Вопрос 94	439	указатель.....	466
Смерть	441	Книги, написанные	
Вопрос 95	441	Геше Майклом Роучем . .	477