Роуч Майкл

КАРМА ЛЮБВИ

ВОПРОСЫ О ЛИЧНЫХ ОТНОШЕНИЯХ

ВРЕМЕНА

Москва
Издательство АСТ

УДК 159.9
ББК 88.37
Р79

Оригинальное название «The Karma of Love:
100 Answers for Your Relationship, from the Ancient Wisdom of Tibet»

Перевод с англ. *Елены Мберекпе, Анны Суржик*
Редакция *Марины Селицки*

Роуч, Майкл.
Р79 Карма любви: вопросы о личных отношениях / Майкл Роуч; пер. с англ. Е. Мберекпе, А. Суржик. — Москва : Издательство АСТ, 2019. – 416 с. — (Система Алмазный Огранщик).

ISBN 978-5-17-106844-8.

Порой нам кажется абсурдным факт, что буддийская мудрость и практика способна помочь людям, выросшим в западной философской традиции, осознать свой путь в жизни и создать доверительные партнерские отношения. Ответы древних порой могут показаться неожиданными, так как имеют дело со скрытым уровнем реальности — с уровнем кармы. Но именно понимание того, как мы можем управлять этим скрытым уровнем, и дает нам ключ к созданию гармоничных счастливых отношений.

Наши личные отношения — источник, возможно, самого великого счастья в жизни. И именно с помощью системы кармических семян и практик Алмазного Огранщика вы сможете выстроить ваше семейное счастье, сея семена и реализовывая свой потенциал и потенциал партнера. Вместе вы можете создать идеальный мир, который начинается и заканчивается в идеальных отношениях — с пониманием Кармы Любви.

В этой книге собраны 100 самых распространенных вопросов и 100 подробных, выверенных с точки зрения древних тибетских знаний, ответов. Увлекательная манера и живой юмор изложения помогут позитивно воспринять древнюю мудрость и научиться применять это искусство на практике.

УДК 159.9
ББК 88.37

ISBN 978-5-17-106844-8

© Роуч М., текст
© Мберекпе Е., Суржик А., перевод
© ООО «Издательство АСТ»

БЛАГОДАРНОСТЬ АВТОРА

Мне выпало благословение жить в чудесном окружении талантливых и преданных друзей, которые всегда охотно посвящали свое время и умения таким проектам, как эта книга. Мы все надеемся, что она поможет другим людям. Я хотел бы поблагодарить некоторых из них здесь поимённо, а также поблагодарить всех остальных людей, не названных здесь, кто с радостью отдавал свое время и энергию все эти годы.

Нашу издательскую команду возглавил Джон Серулло, основатель и директор *Diamond Cutter Press* и один из тех редких и прекрасных людей, в которых сочетаются смирение и большой опыт, в данном случае десятилетний опыт в отечественном издательском бизнесе. Брукс Сингер, менеджер по вспомогательным правам *DCP,* умело и весело жонглирует десятками зарубежных контрактов одновременно, в том числе касающихся издания этой книги за рубежом.

Преп. Джигме Палмо (Элизабет ван дер Пас) координировала все команды, работающие над книгой по всему миру. Она трудилась в круглосуточном режиме в разных часовых поясах. Алехандро Жюльен, полный энтузиазма глава *ACI* и *DCI* в Мексике, собрал вместе многих членов своей команды в Гвадалахаре для успешного завершения книги. Парамджит Сингх, директор *Fine Grains India,* работала очень усердно, проявляя заботу и используя свой опыт для того, чтобы уложиться в сжатые сроки печати.

Команда дизайнеров включала Джорджину (Джину) Ривера из Гвадалахары, тихого гения, приложившего много усилий для публикации; а также Роберта Руисингера из США, ещё одной восхитительной комбинации жизнерадостности, преданности делу и мастерства печатного слова.

Редакторские обязанности были разделены между целой группой из команды *ACI Phoenix,* в том числе Ребеккой Винакур, Николь Винья, Джигме Палмо, Джоном Ойзоном, Эстер Джангранде, Кристин Уолш и Робертом Хаггерти. Каждый из перечисленных друзей имеет свой особый талант — либо выступает в постановках бродвейских мюзиклов, либо одновременно обучает сотни профессиональных психологов — но все они также обладают прекрасным видением, что сделало книгу намного лучше и точнее.

Наша команда иллюстраторов снова столкнулась с почти невозможными сроками и оказалась на высоте, особенно Джибран Джулиан, основатель студии *Gibravo* (*www.gibravo.com*) в Гвадалахаре, который обучался в Мексике и Европе.

Имельда Эспиноза — одна из организаторов команд *ACI* и *DCI* в Мексике, дизайнер и переводчик журналов и книг, тоже внесла свой вклад. Другие иллюстрации выполнила Ана Мария Веласко из Санта-Марты в Колумбии. Она обучалась в школе Музея изящных искусств в Бостоне и руководит некоммерческой организацией *NEEM* (*www.anavelasco.com*).

Ори Карин, очень талантливый художник из Нью-Йорка, внесший вклад также в предыдущие книги, дополнил ряд иллюстраций, содержащих портретную живопись. Николь Винья и Ула Биглевски оказали помощь в выборе примеров изображений для иллюстраций.

Николь также взяла на себя ответственность за выход книги во всем мире и маркетинг, вместе с Марком Трипетти и Мириам Паркер, которые возглавляют маркетинг в Нью-Йорке. Как обычно, неизменную поддержку оказали мне несколько добрейших членов моей личной команды; если сложить вместе, они уже почти 50 лет поддерживают меня такой помощью и дружбой, на которые я только мог когда-либо надеяться: преп. Джигме Палмо (Элизабет ван дер Пас), взявшая на себя заботу о финансах; Мерседес Баледа, занимающаяся развитием бизнеса, глобальным управлением и планированием; и преп. Лобсанг Ньингпо (Эрик Бринкман) — связь и технологии. Ник Лашоу также очень помог с логистикой, когда книга была близка к завершению.

Рой Пхай из Сингапура, который возглавляет операционную деятельность *DCI* во всей Восточной и Юго-Восточной Азии, и его жена Мишель Пхайар стали разработчиками сайта *Кармы Любви* (*www.KarmaOfLove.com*), как и онлайн- и мобильных приложений *Кармы Любви.* Я также благодарен им за многие часы, которые они посвятили нашей благотворительной деятельности для нуждающихся людей во всем мире.

Наконец, я хотел бы воспользоваться этой возможностью, чтобы поблагодарить друзей, трудившихся на протяжении десятилетий,

чтобы сделать мои книги доступными в других странах по всему миру. Многие из них издают *Карму Любви* на других языках, за что я им тоже очень благодарен.

В Азии к ним относятся Сия Линьянг и Джон Бентам (Китай); Чиафанг Чанг из *Oaktree And Cite Publishing* (Тайвань), при содействии Роба Хоу и его жены Джессики Сун, а также Кей Чэнь; Нгуен Ман Хунг и его замечательная команда в *Thai Ha Books* (Вьетнам); Лиза Ловиц (Япония); Шешадри и Мелисса Манта (Индия) и Яки Фишер (Сингапур).

В Европе я обязан издательским усилиям Сильвии Энгельгардт, Уллы Беттмер, и Беаты Людвиг из издательства *Blumenau* (Германия); десятилетиям публикаций Исидро и Марты Горди из издательства *Amara* (Испания); Павлу Белорусскому из издательства *Нигума* (Россия), Елене Новик и Марине Селицки из издательства *Алмаз* (Украина и Россия); суперзвездам из издательства *Жануа'98* — Жанне Ивановой, Кириллу Воинову и Ясену Николову (Болгария); Перу Флуду и Питеру Мёртлу (Швеция); Сесиль Рубо (Франция); Жерару ван Бассел из *Petiet Publishing* (Голландия); Елене Зарич (Сербия); Андрею Соэну (Румыния); Ники Лабропулос (Греция), а также новичкам Золтану Сагхи (Венгрия); СергеюМиронову (Эстония); Ралице Николаевой (Португалия), а также Максиму Шкодину (Краснодар, Россия).

В Латинской Америке я хотел бы поблагодарить Алехандро Жюльена и издательскую команду Мехико; Каролу Террени и ее мужа Томаса Ларедо (Аргентина) и Марию Риту Штампф (Бразилия и Перу). В Израиле огромное спасибо большому количеству групп и их координатору Лирану Кацу за все издательские усилия. И, наконец, моя огромная благодарность Трейс Мерфи и Гари Янсену из *Doubleday Crown, and Random House* за то доверие, которое помогло мне начать как автору, в первую очередь. Я надеюсь, что среди всех нас мы помогли распространить великие идеи Алмазного Огранщика и внесли свой вклад в жизнь и счастье людей, которых мы знаем, и тех, кого ещё встретим.

ПРЕДИСЛОВИЕ

Я рос в Аризоне обычным американским подростком: школа, свидания с девушками, затем поступление в Принстонский университет, где мне удалось достичь неплохих результатов. За успехи в учебе я получил медаль из рук самого Президента в Белом доме. Мне казалось, что жизнь прекрасна и впереди меня ждут великие свершения.

Но однажды всё изменилось. Той ночью я был в студенческой часовне на встрече добровольцев, которые хотели как-то помочь решить проблему голода в мире. Раздался телефонный звонок, священник снял трубку, а затем подошёл ко мне и, дотронувшись до моей руки, попросил пройти с ним в офис. Там он сказал, что моя мать только что умерла. В этот миг мой идеальный мир рухнул.

Через некоторое время раздались еще два телефонных звонка: первый о том, что умер мой младший брат, и второй — что погиб мой отец. Переполненный этим горем, я понял, что больше не вижу никакого смысла в том, чтобы оставаться в колледже и жить той жизнью, к которой я стремился. Я бросил учёбу и поехал в Индию искать ответы.

Там мне посчастливилось встретить нескольких тибетских монахов, а через некоторое время я и сам стал монахом. Я жил в тибетских монастырях более 25 лет, став первым за 600 лет человеком с Запада, который получил степень Геше, или Мастера буддизма, в великом монастыре Сэра Мэй.

Чтобы получить эту степень, мне пришлось пройти множество испытаний. Одно из таких испытаний — трехнедельный публичный экзамен, который принимали сотни монахов на тибетском языке. Вслед за этим Кэн Ринпоче, мой главный лама в монастыре, назначил мне ещё один тест. Я должен был поехать в Нью-Йорк, основать алмазный бизнес и заработать миллион долларов, доказав тем самым, что я дей-

ствительно понял принципы кармы, которым меня обучали в монастыре. Заработанные деньги я должен был отдать тибетским беженцам, чтобы помочь им с едой и другими вещами.

Вернуться обратно в мир, особенно в мир Нью-Йорка и потенциально грязного алмазного бизнеса, было последним, чего бы мне хотелось. Потому я уклонялся от этого задания на протяжении многих месяцев. Но, в конце концов, слово ламы перевесило, и мне пришлось его исполнить. Я помог основать компанию «Андин Интернэшнл» и привести ее к обороту в 200 миллионов долларов. Недавно она была куплена Уорреном Баффетом — одним из самых богатых людей в мире. С помощью денег, вырученных в компании, я смог помочь беженцам и многим другим людям.

Наша компания стала одной из самых быстрорастущих в истории Нью-Йорка, и это, естественно, привлекло внимание. На меня вышло издательство «Даблдэй» и попросило написать книгу о том, как мы достигли успеха, используя принципы кармы — принципы помощи другим людям.

Так я написал книгу «Алмазная мудрость», названную так в честь известной сутры, которая объясняет карму и ее противоположную сторону, буддийскую идею пустоты. Эта книга стала бестселлером по всему миру, была переведена более чем на 25 языков, и её используют миллионы людей. Особенно популярным стало её китайское издание, которое помогло многим людям достичь финансовой независимости.

Люди стали обращаться ко мне с просьбами приехать к ним и выступить с лекцией о книге. Через несколько лет после публикации, мы с коллегами из Института Алмазного Огранщика организовывали бизнес-семинары и ретриты для тысяч людей из разных стран. Во время этих программ мы часто разбиваемся на небольшие группы и устраиваем обсуждения, которые мы называем «Мудрость на каждый день», где каждый из участников может задать вопрос о своей собственной компании или карьере.

Однажды во время такой программы женщина из группы спросила, могу ли я ответить на вопрос не о бизнесе, а об ее отношениях с мужем. Можно ли применить принципы Алмазного Огранщика — принципы кармических семян — также и к семейной жизни?

Я ответил, что, конечно же, можно. Кармические семена в нашем сознании отвечают за все, что с нами происходит. Внезапно, словно сквозь прорвавшуюся плотину, полились бесчисленные вопросы участников о самых интимных проблемах в их семейных отношениях. И в этот момент я осознал, что заботиться только о духовных потребностях и помогать решать проблемы с деньгами, едой и крышей над головой явно не достаточно. Наши личные отношения — это источник,

возможно, самого великого счастья в жизни. Но также они могут быть и источником самой сильной боли. Если мы хотим быть счастливыми, если мы хотим, чтобы в мире царило счастье, тогда с этим вопросом взаимоотношений нужно что-то делать!

Как это ни удивительно, но в древней традиции буддийских монахов накоплено немало мудрости о партнерских отношениях. Во-первых, существуют десятки тысяч несравненных книг открытой традиции — в этих книгах даны ответы на вопросы о происхождении всего в нашей жизни, включая наших партнеров. Это учения о кармических семенах.

Но есть также и тайная традиция, которой тысячи лет, называемая Алмазный Путь, и она открывает совершенно новые восхитительные пути взаимоотношений с партнером, открывающие перед вами невероятные горизонты. В этих учениях говорится о том, что даже сам Будда достиг просветления только с помощью Тилоттамы — женщины, которая спустилась, чтобы воссоединиться с ним по повелению наивысших существ Вселенной. Описание того, как они достигают духовного совершенства в объятиях друг друга на восходе солнца нового дня, является одним из самых великолепных фрагментов мировой литературы.

Что касается моих собственных знаний, позволяющих писать мне о Карме Любви, то я думаю, что был самым счастливым среди своих друзей-монахов, поскольку у меня были отношения до принятия монашеского сана (большинство тибетцев уходят в монастырь в 7–12 лет). Я уже знал многое о женщинах, знал и о радостях отношений, и о боли, которая в них возникает. Мои родители прошли через очень тяжелый развод, через это ужасное сочетание, когда любящие друг друга не могут быть вместе.

Но, на мой взгляд, самое важное, что я прошел через отношения, которые я могу назвать божественными и в которых мне удалось почувствовать вспышку того, что было между Лордом Буддой и Леди Тилоттамой, Данте и Беатриче, Иисусом и Марией Магдаленой в Саду.

Спустя годы я укрепил этот опыт и обрел даже более глубокое его понимание благодаря тысячам часов обучения, проведенным у ног двенадцати величайших мастеров Тибета. Мне было даровано тайное посвящение в практики работы с партнером, и я провел много лет, переводя и изучая тысячи страниц древних текстов об этих практиках.

Я предпринял искреннюю попытку следовать этим практикам, иногда привлекая нежелательное внимание прессы и недовольство руководства монастырей, некоторые из которых считали, что подобные знания не должны быть доступны широкой общественности. Но я верю в совершенный мир, верю, что вместе мы можем создать его,

и верю, что он начинается и заканчивается в идеальных отношениях — с пониманием Кармы Любви.

Итак, я хочу поделиться с вами тем, чему научился, чтобы помочь вам в ваших отношениях. На протяжении многих лет тысячи людей со всего мира задавали мне вопросы об их отношениях. Я постарался отобрать 100 самых часто задаваемых вопросов и ответить на них здесь, опираясь на древнюю мудрость Тибета, с любезного благословения моего сердечного друга и учителя. Я надеюсь, что они помогут вам и тому совершенному человеку в вашей жизни.

Геше Майкл Роуч
День благодарения, 2012 г.

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 в начале я возлагал на них большие надежды и думал, что в этот раз всё 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 всё, или, по крайней мере, многое, чтобы найти настоящие отношения. А всё, 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 чём вы слышали ранее. Так оно и есть.

Прежде всего Карма Любви действует, и действует всегда. Видите ли, почти всё, 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 её и надеемся, что она поможет. И вполне возможно, что так и произойдёт, но, возможно, и нет. Как это ни печально, но каждый из нас на собственном опыте убедился в том, что всё работает только время от времени. Никому и в голову не придёт взять пустую пачку от аспирина, вернуть её 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 её использовать. Чтобы добиться такого понимания, потребуются серьёзные 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 придётся понять, откуда на самом деле происходит весь мир вокруг вас. А затем вы начнёте 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 пожуёт.

— 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 пойдём дальше.

— Хорошо, тогда кто прав, человек или собака? Это всё-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 всё такое... Получается, вы оба правы. Этот объект, с точки зрения разных наблюдателей, 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 вернётся 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 партнёра. Постарайтесь понять, что оз-

начает 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. Всё 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 найдётся много других людей, считающих его весьма приятным. Он — как и ручка: всё зависит от того, что вы видите — всё зависит от того, кто смотрит.

— А теперь возьмите ручку в одну руку, держите её 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 пёс должен был бы видеть в ней ручку... он постарался бы схватить её лапой и написать, может быть, стихи для своей подружки-собаки со словами: «У тебя великолепный хвост!»

Итак, здесь нам всё 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 всём, 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 чёрную палочку. В какую-то долю секунды кармические семена открываются в вашем сознании — и вот возникает яркий образ ручки. Эта крошеч-

ная картинка ручки возникает между вами и чёрной 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 её и писать.

Понимаете, к чему я веду? Если вы женщина, которая ищет партнёра, 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 всё, 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 засевает 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 партнёра или изменить всё, что хотите, в партнёре, который у вас уже есть — потому что всё 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 всё.

И вот ответ на ваш первый вопрос, самый важный из всех: *да, у вас могут быть и партнёр, какого 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 найдёте 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 её отличие от всего, уже известного вам.

Почти все поднятые здесь вопросы относятся к традиционному партнёрству — между девушками и молодыми людьми, мужьями и жёнами — 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.