

Нашим братьям и сёстрам
в Украине и в России
24 февраля 2022 г.

Наши дорогие братья и сёстры:

Сегодня утром мы услышали душераздирающие новости об убийствах и ранениях одних людей другими людьми в ваших странах. Это большое горе, особенно когда мы осознаём, что нет ни одной страны, и ни одного из нас в отдельности, кто был бы свободен от этого насилия.

Мы обещаем всем вам, братья и сестры, что в течение следующего года, ежедневно, мы будем добавлять в наши ежедневные медитации и молитвы размышления о том, откуда берётся это насилие, и как остановить его, изменив себя: читая и перечитывая объяснения из нашей линии, которые прилагаются к этому письму, и пытаясь следовать им час за часом в нашей собственной жизни.

Мы также обещаем, как руководители 12 Мировоззренческих организаций, что мы будем помогать Вам, дорогие братья и сестры, удовлетворять любые духовные или физические нужды, которые могут возникнуть у Вас лично в это трудное время. Пожалуйста, дайте нам знать обо всем, что мы можем сделать, финансово или духовно, эмоционально или иным образом, чтобы обеспечить нужды Вас и Ваших близких, и мы сделаем все возможное. Вы можете связаться с любым из нас, и мы поделимся и ответим всем остальным.

Это мы обещаем,

Сейджи Арао, исполнительный вице-президент
DCI Global и
Седонский колледж международного менеджмента

Джон Брэди, исполнительный директор,
Библиотека азиатского наследия

Ник Лашоу, директор

Классика алмазной огранки

Тим Лоуэнхаупт, исполнительный директор
Институт азиатской классики

Гектор Марсель и Стивен МакМанус, директора
Три драгоценности, Нью-Йорк

Бриджит Майер, директор
Ретрит-центр “Алмазная гора”

Анатолий и Айша Нгуен, директора
Зеленая тянущаяся ручка

Конни О'Брайен, директор
Институт изучения йоги

Джейми Планта, директор
База знаний

Роза ван Грикен, директор
Драгоценности Алмазного огранщика

Элли ван дер Пас, директор
The Diamond Cutter Press

Геше Майкл Роуч, основатель
Мировоззренческие организации

Мудрость против насилия

«Сад»

Февраль 2000

– Возможно, ты теперь спросишь меня, в чем же причина того, что подавляющее большинство живых существ так цепляется за идеи, касающиеся их мира и их жизни, которые столь очевидно ошибочны, вредны и разрушительны для нашего всеобщего счастья. Что же заставляет людей, должен спросить ты, питать все эти помыслы, которые столь очевидно и столь эффективно разрушают именно то самое счастье, ради которого предпринимаются все их действия, разговоры и размышления?

Ответ заключается в том, что мы позволяем себе все время держать в голове некую идею, которая в корне противоположна тому, что действительно приносит нам счастье. Ты уже узнал вкус истины, теперь ты знаешь, что действительно обуславливает наш мир, является его причиной, а значит, можешь себе представить, что именно то, как ты мыслил прежде, и то, как продолжает мыслить большая часть человечества, вызывает появление в уме наиболее вредных из всех кармических отпечатков.

Я боялся пошевелиться, опасаясь, что Учитель Гунапрабха не захочет продолжать разговор, а мои вопросы так и останутся безответными. Он продолжал сидеть, опустив взор, и отсчитывал на четках какую-то неизвестную мне молитву. Внезапно он снова взглянул на меня своими огромными круглыми глазами и сказал:

– Спрашивай.

Я собрался с духом и продолжил с того места, где вспышка его гнева прервала ход моих мыслей.

– Вы так много говорили о семенах-отпечатках, посеянных в моем уме моими же прошлыми действиями и мыслями, вы убедительно продемонстрировали, как они могут влиять на мое личное восприятие.

Но вы также все время намекали на то, что они создают весь мой мир в целом. Объясните мне, имеете ли вы в виду также и внешний физический мир, среду нашего обитания? Неужели эти отпечатки так сильны, что могут определять те элементы нашего физического мира, которые являются причиной нашего страдания?

– Назови такое страдание, и мы посмотрим, – удостоил меня ответом наставник.

– Довелось мне как-то раз путешествовать по Востоку, – начал я свой рассказ, – и посетить две очень похожие и вместе с тем не похожие друг на друга страны. Они расположены на одной параллели, имеют практически одинаковый климат – им поровну достается дождей и солнечного света, – почву и рельеф. Я видел, что в обеих странах выращивают одну и ту же зерновую культуру, не помню сейчас уже какую, порой даже из одних и тех же семян. И все же когда она, пусть это будет кукуруза, вырастает в первой стране, то мука, в которую ее перемалывают, похоже, совсем непитательна, к тому же она низкого качества, всегда какая-то грязная, а люди, которые ее едят, остаются тощими и выглядят изможденными, иногда они даже заболевают от такой скудной и некачественной пищи. А в соседней стране мука получается здоровой и сытной, население выглядит упитанным и пышет здоровьем. Помню, что и одни и те же лекарства действуют там по-разному; в первой стране они не лечат – скорее калечат, а то бывает, что еще и убивают; во второй же любой препарат действует в точности так, как написано в инструкции по его применению: и лечит, как надо, и побочных эффектов не вызывает.

Откуда ж такое различие, в чем провинился народ целой страны?

– Причина опять-таки в лишении жизни. Люди первой страны в прошлом убивали живых существ, а их счастливые соседи этого не делали.

Я ненадолго задумался и продолжил:

– Все, что говорилось до этого момента о действиях и тех кармических следах, которые они оставляют, создало у меня впечатление, что мы несем персональную ответственность за те семена, которым мы позволили попасть в почву нашего ума. В результате я пришел к выводу, что отпечаток может быть оставлен только в единичном уме. А теперь вы говорите о самом мире, о мире как таковом, об окружающей среде, в которой вместе живет великое множество людей. Уж не намекаете ли вы на то, что один огромный отпечаток может разделить большая группа людей?

– Они разделяют не отпечаток, – сказал Гунапрабха задумчиво, как бы признавая важность моего вопроса. – Скорее, дело в том, что эта группа людей в прошлом предприняла – именно как группа – какие-то благие или вредоносные действия. Каждый член группы, таким образом, посеял схожий, хоть и различающийся в деталях мировой отпечаток, который по мере созревания заставляет их ощущать совместную реальность, как, например, плохой урожай в отдельно взятом регионе мира. При этом сила влияния этого неурожая на каждого из них слегка варьируется вследствие различных обстоятельств – например, индивидуальной мотивации – совершения общего действия в том самом прошлом. Этим, кстати, объясняются и внешние признаки отдельных наций, – продолжал он, – и те невидимые и на первый взгляд произвольно проведенные линии между странами, которые называются границами, и крайняя нищета по одну сторону такой границы, и чрезмерное благоденствие по другую.

– Значит, если две страны станут воевать, – продолжил я, – и если солдаты этих стран перебьют друг друга, то каждый гражданин любой из этих стран, который активно поддерживал эту бойню, посеет в своем уме индивидуальный отпечаток от совершения убийства.

– Верно, – ответил монах. – Каждый, кто поддерживает такие действия, даже отсиживаясь в глубоком тылу, получает такой же четкий и глубокий отпечаток от совершения убийства, как и тот, кто спускал курок на передовой. Коллективная карма, чего же ты хочешь.

Это мгновенно навело меня на новую мысль, и я спросил в волнении:

– Значит, даже если какой-то стране угрожает другая, даже если войска подходят к ее границам, чтобы уничтожить мирных жителей, и эта страна наносит превентивный удар, убивая солдат приближающейся вражеской армии, чтобы спасти своих граждан, то каждый гражданин все равно получает в своем уме след от совершения убийства.

– Ну да, – ответил наставник и пристально посмотрел на меня. Его большие круглые глаза стали такими огромными, что лоб почти исчез.

Я и сам чувствовал, что мои мысли стали на вес золота, и, ободренный, продолжал:

– А ведь отпечатки этих актов убийства в будущем заставят этих граждан испытать серьезную угрозу их жизни, скажем...

– Скажем, наступление на их страну вражеской армии, – подхватил он со страдальческой улыбкой.

– Итак, можно сказать, – заторопился я, чтобы не упустить свою мысль, – что

сама эта вражеская армия, которая угрожает стране, была создана мировыми отпечатками, созревшими в уме граждан этой страны, а посеяны были эти отпечатки в прошлом, когда они коллективно совершили акт убийства. Так?

– Всё так.

Солнце великого озарения взошло в моем уме.

– А значит, мы также можем сказать, что когда нация отвечает на угрозу убийства убийством, *то на самом деле снова создает ту же самую угрозу, которая обязательно вернется к ней в будущем!*

Он с ликованием посмотрел на меня, театрально запрокинув голову назад, как композитор, только что закончивший дирижировать величественной симфонией.

– *Получается, – заключил я, – что естественная реакция на неприятные события и подробности нашей жизни есть в действительности именно то самое действие, которое непременно заставит нас снова пережить точно такое же неприятное событие.* Весь мир есть один большой вечный двигатель – цикл непрекращающегося страдания, неиссякаемым топливом которого служит наше неведение, поскольку мы неизменно отвечаем другим злом на то зло, которое они делают нам!

Гунапрабха выглядел одновременно и торжествующим при виде моего постижения, и полностью убитым печальной истиной, к открытию которой меня подвел. Мы помолчали.

DCI 10 уровень

10 инструмент

Моя мама с ножом

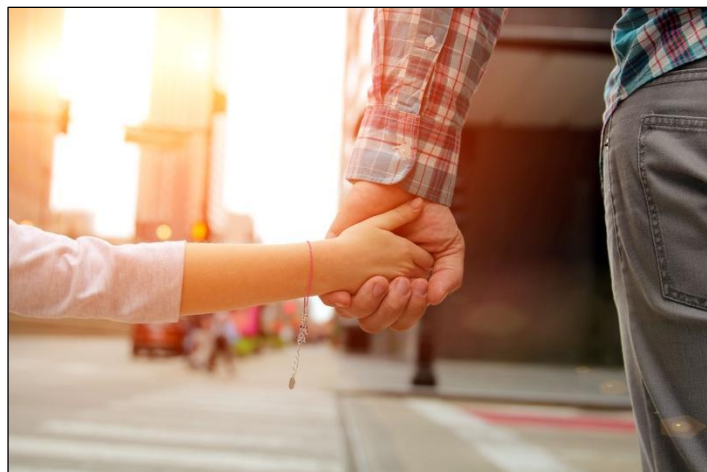
Теперь мы можем пожаловаться, что Мастер Шантидева не довел до конца последнюю мысль о защите других – то есть, что мы должны делать, когда другие нападают не на нас, а на тех, кого мы любим? На нашу страну, наш народ, нашу семью? Должны ли мы просто стоять и ничего не делать, до момента, пока наш последний четырех-шаговый план не начнет работать?

Древняя традиция предлагает множество ответов на этот вопрос; есть два из них, которые лучше всего подходят для нашего сегодняшнего обсуждения.

Благость воображаемого гнева

Шантидева и его команда очень любят идею под названием «*воображаемый гнев*». Мы вкратце коснулись этого, когда обсуждали четыре способа

управления на 8 уровне DCI Global, посвященном автоматическому лидерству.



На картинке здесь можно представить себе, как вы каждый день провожаете своего маленького ребенка в школу по оживленной городской улице. «Держись крепче за мою руку,

малышка», – говорите вы, когда машины проносятся мимо, всего в метре от вас. В глубине сознания вы вспоминаете ужасные истории о детях – детях хороших друзей, детях, которых вы действительно знали, – которые выходят на дорогу перед машиной и через несколько минут покидают этот мир.

И тут ваша дочь видит, что ее школьная подруга идет по тротуару через дорогу; она вырывается из рук, машет подруге и сходит с тротуара, не обращая внимания на машины.

Вот идеальное место для вашего «воображаемого гнева»! Но для этого шоу существуют определенные правила, и вам лучше их знать!

Прежде всего, вы должны *очень хорошо постараться* сделать вид, что вы как будто сердитесь: в этом вся суть. Так что не бойтесь нагнетать обстановку – попробуйте вспомнить старые добрые времена, возможно, на



той же кухне, когда вы действительно злились (конечно, теперь уже нет – во всяком случае, не так сильно). Скорчите лицо в сердитую гримасу, сделайте свой голос громким и крепко возьмите дочь за руку.

Может быть, даже слегка шлепните ее по попе.

*«Ты что делаешь! Папа сказал тебе **никогда** не переходить улицу, не посмотрев в обе стороны!».*

Хорошо, вы знаете, что это может вызвать слезы; но это нормально. Люди, которых поправляют, обычно реагируют не очень хорошо – часто именно поэтому вам и приходится поправлять их в первую очередь! Так что не расстраивайтесь, когда наступит момент ответного удара, и ваша дочь скажет: «Я тебя ненавижу! Постоянно указываешь мне, что делать!»

Используйте эти «палки и камни» как сладость; будьте тверды, тверды в своем сострадании и терпении. Можете ли вы совершить этот твердый акт исправления, *не испытывая при этом никакого гнева?* Внимательно следите за своим сердцем – иногда игра настолько хороша, что вы забываетесь и *действительно* расстраиваетесь. Следите за уровнем радости и поддерживайте его как можно выше. Заработайте себе кармический «Оскар».

Геше Майкл любит рассказывать другую историю – о том, как он ехал в общественном автобусе с одним из своих тибетских учителей в Нью-Йорке. Дверь автобуса открывается, чтобы выпустить пассажиров, а затем снова закрывается; и вдруг женщина кричит: «Он украл мою сумочку!». И тут по улице рядом с автобусом бежит бездомный, из его руки свисает кошелек.

Геше Майкл и учитель – который, как оказалось, являлся племянником настоятеля монастыря – открывают дверь автобуса и устремляются за мужчиной. Пытаются оказать защиту, пытаются сделать это без гнева. Но грабитель оказывается слишком быстрым (а учитель – слишком грузным), и двое доброжелателей возвращаются с пустыми руками.



И вот наши первые уроки о применении силы для защиты других: делайте все, что можете, и даже воображайте гнев, если придется, но никогда *не гневайтесь*. Даже минутный гнев наносит больше вреда, чем тот вред, от которого вы пытаетесь защитить людей.

Во-вторых, поймите, что вы можете делать добро лишь настолько, насколько вам позволяют ваши нынешние семена. Бегите за сумочкой – если вы уверены, что у вора нет пистолета или ножа! (этот тезис был убедительно озвучен самим настоятелем несколько часов спустя) – но не обманывайте себя относительно результатов: если у вас и у владельца

кошелька есть семена, то вор, которого вы преследуете, бросит кошелек, и история будет иметь счастливый конец.



Но будьте готовы к тому, что у вас *нет* семян, что степлер сегодня не заряжен; и будьте милосердны в этой неудаче оказать помощь. Или, скорее, постарайтесь понять, что вы *помогли*, но в этот раз ничего не вышло.

Такое понимание не позволяет нам падать духом в наших попытках делать добро для других, защищать и служить другим, не совершая при этом ошибки насилия или даже внутреннего гнева. *Никогда не оставляйте эти **попытки** помочь и защитить, не прибегая к насилию.*

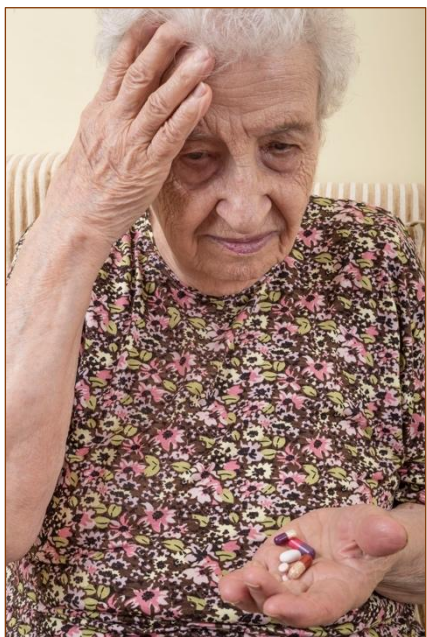
Делайте все, что можете – вы *должны* делать все, что можете, чтобы защитить других; но никогда не с гневом и не с насилием. Это не может никого защитить; это никогда никого не защищало. Бывали случаи, когда казалось, что люди были защищены ответным насилием; но, честно говоря, насилие не может быть этому заслугой. Оно просто стояло неподалеку, когда почтальон – хорошие семена, стоящие в очереди позади плохих семян, – сделал свой случайный ход.

Моя мама с ножом

Древняя традиция мудрости приводит еще один пример, помогающий нам провести грань между просветленной и непросветленной реакциями на угрозы, которые стоят перед нами или нашими близкими. И снова возникает вопрос: что я должен делать, просто молча смотреть, как кто-то причиняет вред тому, кого я люблю?

Вот как нас направляет традиция.

Вы живете с мамой, потому что она стареет и не может самостоятельно дойти до продуктового магазина или даже вовремя принять лекарства. У нее легкая форма болезни Альцгеймера, и она постоянно путает бутылочки с таблетками: одних таблеток принимает больше, чем ей нужно, и забывает



принять достаточно других, которые должна. Бывают даже дни, когда вы приходите домой, а она не узнает вас, что иногда приводит к некоторому волнению! Как сегодня.

Вы приходите домой после работы и с шумом вставляете ключ в замок, потому что он никогда не подходил так уж хорошо. Наконец вы открываете дверь, и тут вдруг появляется ваша мама, скрючившаяся в углу кухни в ночной рубашке и размахивающая большим кухонным

ножом.

Одним глазом вы улавливаете плохие новости на кухонном столе: ее бутылочка со снотворным опрокинута, таблетки рассыпаны повсюду, и вы догадываетесь, что она приняла их за витамины и выпила их слишком много. Вы оглядываетесь на нее и видите безумие в ее глазах, вызванное передозировкой.



«Помогите! Вор! Кто-нибудь, помогите!» – кричит она и бросается на вас с ножом.

Если бы это был просто какой-то сумасшедший на улице, вы могли бы отвесить ему резкий пинок в важное место и убраться оттуда так быстро, как только смогут унести вас ноги. Но это ваша *мама*.

И что... вы выхватите нож из ее рук и попытаетесь ее убить? Свою собственную маму?

Конечно, нет. Вы сделаете все возможное, чтобы обезоружить ее, успокоить, и все это без всякого насилия – и уж точно без малейшего чувства гнева. В этот момент в вашем сознании даже происходит быстрый расчет: «Я выхвачу нож из ее рук, возможно, повалю ее на пол и буду сидеть на ней, пока она не успокоится и не узнает меня! И если в процессе я получу несколько порезов, это не страшно – лишь бы не порезать *ее*».

Это, говорит Шантидева, руководство к тому, сколько силы мы можем использовать, и сколько гнева мы можем удержать в сердце, пока используем эту силу. Ибо это и есть та сила – истинная сила, – которая говорит: «Я буду сдерживаться, но не причиню вреда, даже если мне самому будет причинен вред. И гнев – это даже не вариант».

Только... хорошие... семена. Очень точные семена: семена, убивающие насилие и гнев.

Кстати, хотя это и не главное здесь – «Четыре цветка», которые мы изучали еще на 2 уровне в DCI Global, здесь очень уместны. Четвертый из этих четырех говорит о том, что мы приходим к концу жизни с *гораздо большим* количеством семян, чем входили в нее. Теоретически, эти семена – если во вселенной существует справедливость – не могут просто исчезнуть, даже если мы потеряем свое тело. Добро должно быть вознаграждено добром, а зло наказано злом. Эти семена переживут смерть тела, и когда появятся необходимые условия, они откроются для нового опыта, для новых миров.

В таком случае, когда мы приближаемся к концу нашей жизни, не будет большим логическим прорывом сказать, что это должно было быть так и в

моменты перед *началом* нашей жизни. А если это *правда*, то так же было и в начале жизни до этой жизни.

Если это теоретически *так*, то в теории мы уже имели бесчисленные встречи со всеми, кого когда-либо встречали. Это должно заставить нас задуматься о разнице в том, как мы относимся к нашей собственной ошибочно-безумной матери, держащей нож на кухне; и к ошибочно-безумным людям, которые угрожают нашей стране или нашим близким.

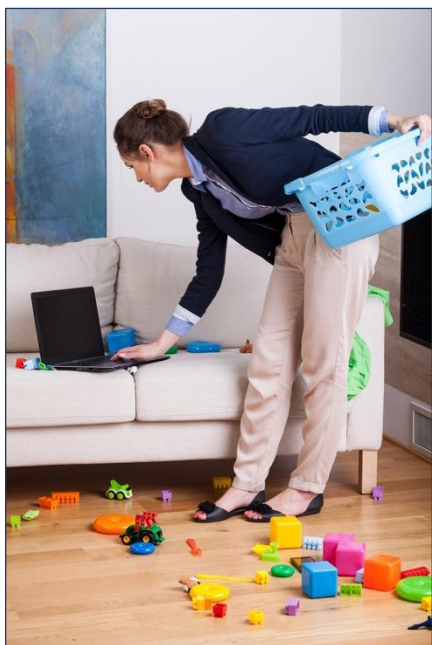
DCI 10 уровень

1 инструмент

Два мужа на кухне:

Полная история

Вы – мама с двумя прекрасными детьми. Усердно работаете в международной фирме, и у вас есть муж, которого вы любите, но который не очень сильно вам помогает. Вы выполняете традиционные обязанности жены: готовите еду, покупаете продукты, возите детей в школу и обратно,



но также выполняете традиционные обязанности мужа – приносите домой львиную долю дохода семьи.

Все это означает, что вы работаете безумное количество часов, и вам приходится очень эффективно использовать свое время, чтобы успеть все сделать. Это вызывает стресс, но на самом деле вас это не напрягает. Вам нравится ваша карьера, и вам действительно нравится заботиться о своей семье.

Итак, сегодня среда, и вы собираетесь выходить с работы домой, но ваш босс хватает

вас за руку.

«Привет! Помнишь того крупного клиента, которого мы надеялись привлечь? Похоже, они заинтересовались! Они просят о встрече по телефону завтра!»

«Отлично» – восклицаете вы. «В какое время будет встреча: утром или днем?»

Босс поднимает брови. «Ну, в этом-то все и дело. Видишь ли, клиент находится за границей, а это значит, что тебе придется прийти завтра рано утром, до того, как мы обычно открываемся. Понятно?» Вы смотрите таким взглядом, который, честно говоря, бывает у вас нечасто: «Будь здесь, или ищи другую работу!».



«Ну, хорошо», – говорите вы, думая о том, как вы собираетесь это сделать и одновременно отвести детей в школу. «В котором часу я должна быть здесь?»

«На час раньше, точно в срок! До встречи!» – и босс уходит, даже не убедившись, сможете ли вы это сделать: этот клиент очень важен для фирмы.

Вечером, когда укладываете детей спать, вы садитесь на край кровати и говорите: «Слушайте, дети. Завтра вашей маме придется выйти на работу на час раньше. Это очень важно – вы понимаете?»

Вы произносите это таким тоном, который подразумевает: «Иначе маму уволят, и с нашей семьей случится много всего плохого».

Дети слышат это и в прекрасном детском унисоне говорят: «Хорошо, мамочка, мы будем готовы».

Вы просто хотите убедиться в том, что они выполняют обещание и говорите: «Школьная одежда должна быть надета, обувь завязана, домашнее задание сделано и лежит в рюкзаках, к 7 утра! Мы договорились?»

«Мы справимся, мама! Ты можешь на нас рассчитывать!»

На следующее утро вы входите в детскую спальню. Там царит хаос! Дети все еще в пижамах, прыгают на кровати, кричат во всю мощь своих легких. Их домашние задания разбросаны по всему полу.

Ваши слова также залетают в ваши собственные уши, одно за другим: «Вы... самые... глупые... дети... в... Нью-Йорке!» Звуки касаются



барабанной перепонки, передаются в мозг и вдавливаются в сознание, оставляя отпечаток – подобно маленькой впадинке, которая остается на ладони, когда вы сильно нажимаете на нее большим пальцем.

Через несколько часов этот отпечаток на поверхности ума превращается в ментальное семя в подсознании за умом.

Плохое ментальное семя.

Перенесемся на следующую неделю: вечер понедельника. Вы тащитесь домой, измученная после сверхурочных часов на работе, с полными руками продуктов. Поднимаясь по лестнице в сгущающейся темноте, сама жизнь кажется немного мрачной из-за того, насколько вы устали.

Но в мире всегда есть одна вещь, которая скрашивает жизнь, – это объятия мужа. Он умеет обнимать вас так, что вы становитесь счастливой, как никогда. Только бы дойти до кухни, а он уже там, с почти готовым ужином, и потом он повернется и обнимет меня лучше всех на свете.

Вы кладете продукты, открываете дверь кухни и распахиваете руки для этого единственного объятия – этого единственного яркого момента вашего дня. А он поворачивается и кричит: "ТЫ ТАКАЯ ДУРА!!!".



Вы не можете поверить своим ушам. «Что?» – говорите вы, и снова «Что?».

«Я сказал, ты ТАКАЯ ДУРА!!!», – повторяет он.

А ваш разум внутри кричит: *«Почему он так говорит? Я ведь только что вошла в дверь! Я еще не сказала ни слова! Я ничего не сделала, а он называет меня дурой!»*

Итак, прежде всего, мы должны задать вопрос. **Правда ли, что вы ничего не сделали?**

И да, не нужно быть гением, если вы хоть раз слышали о Ручке, чтобы понять, что здесь происходит.

Когда вы кричали на детей и *слышали, как вы сами кричите на детей*, это посеяло семя в вашем сознании - *плохое* семя.

И затем, когда ваша рука коснулась кухонной двери, чтобы открыть ее, это семя начало раскрываться. Когда вы открыли дверь, семя раскрылось до конца, и вышел образ: крошечный, светящийся образ... кричащего мужа. И образ, выйдя наружу, превратился во взрослого, кричащего мужа. Но почему он назвал меня душой дважды?

Да ладно, вам повезло, что только дважды. Хорошо посаженное семя удваивается каждые 24 часа. Вы знаете это из 1 уровня DCI Global!

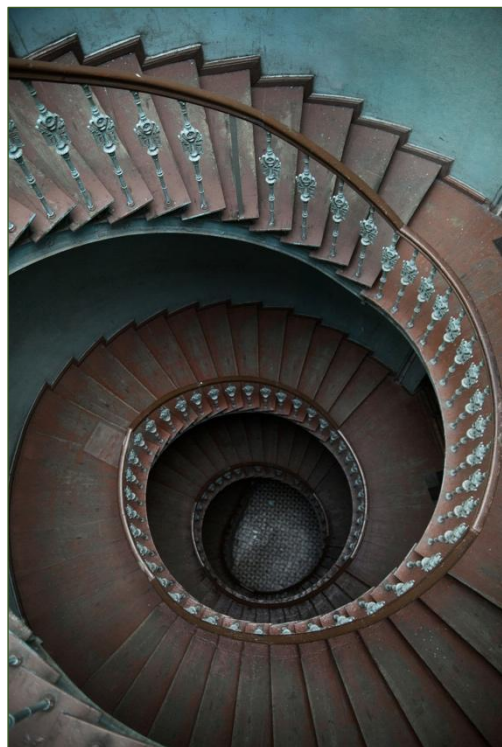
И вот вам вопрос: как доказать, что ваш муж прав? Каким *единственным* способом вы можете *доказать*, что вы – дура?

Правильно! Накричите на него в ответ! Сделайте то, что вы всегда делали! Не принимайте этого от него! «Я НЕ ДУРА! САМ ДУРАК!» Скривите свое лицо до безобразия и выкрикните эти слова. Покажите ему!

Это также покажет и *какая вы!* Вы это знаете! Возможно, ваш муж – дурак, или, по крайней мере, сегодня он ведет себя как идиот! Но самое *глупое*, что вы можете сделать, это *накричать в ответ* и назвать его дураком!

Ведь что произойдет потом? А как вы думаете, почему *ваши дети* вдруг начали вести себя неадекватно и кричать на прошлой неделе, когда они должны были быть полностью готовы к школе? Конечно! Это также происходит из *ваших* семян! Семена, которые вы посеяли в прошлый раз, когда сказали что-то плохое своему мужу!

Итак, дети вели себя плохо, вы накричали на них, и это посеяло семена того, чтобы увидеть, как ваш муж на кухне кричит на вас, а вы кричите на



него в ответ, и тогда..... Это все просто большое колесо! Вы застряли в большом колесе, которое продолжает вращаться снова и снова! И *вы* тот самый человек, кто заставляет его вращаться!

Так сломайте колесо! Вы знаете, что делать! Давайте воспроизведем последнюю сцену!

Ваш муж говорит: «ТЫ ДУРА!». А вы просто не реагируете. Постарайтесь быть спокойной, постарайтесь не обижаться. Знание того, что происходит с семенами, не излечивает сразу. Медленно, спокойно и молча пройдите в ванную комнату на другой стороне кухни.

Откройте дверь и прикройте ее за собой – тихо, без хлопанья. Посмотритесь в зеркало. Если вы действительно хотите на кого-то накричать, вот вам шанс:

Скажите себе: «ТЫ ТАКАЯ ДУРА!». А потом снова выйдите из ванной, возьмите продукты за дверью кухни, занесите их в дом и продолжайте жить дальше.

Это может показаться не таким уж большим делом, но это так: вы только что *сломали колесо*, сломали его, впервые в жизни, намеренно. Конечно, в вашей жизни есть и другие колеса – плохие семена, которые еще не вскрылись, вещи, которые вы собираетесь сказать завтра о своем боссе или ему самому, – но сегодня вечером гордитесь собой.

На самом деле вы находитесь на пути к выходу: вы разорвали замкнутый круг, и в следующий раз вам будет легче. Возможно, вам будет немного больно, когда вы будете идти через кухню в ванную, а обидные слова будут звучать у вас в ушах.

Но вы только что посеяли сильные семена – самые сильные семена, какие только могут быть, – чтобы остановить гнев и навсегда покончить с ним. На самом деле, согласно традиции древней азиатской мудрости, вы достигаете того места, где не только никто никогда не сможет вас разозлить, но даже никто не сможет вас расстроить.

Потому что *нет* никого, из-за кого можно расстроиться! Буквально, никого!

И это подводит нас к названию этого инструмента: «Два мужа на кухне».

Почему же у этой жены два мужа?

Ответ удивителен, и именно *поэтому* вы можете достичь такой точки в своей жизни, когда никто и ничто не сможет вас расстроить, даже в малейшей степени. Вот как это работает.

Первый кричащий муж на вашей кухне – это тот, который произошел из вас. Из семян, которые вы посеяли в своем сознании, когда кричали на детей в прошлый четверг.

Второй кричащий муж на вашей кухне – это тот, который *не* произошел из вас. Мы можем назвать его мужем «Я ничего не сделала» – именно так вы сказали себе в уме, когда он начал называть вас дурой, верно?

Один из этих мужей действительно существует, а другой – нет. Можете ли вы угадать, кто из них кто?

Правильно – тот, кто происходит из ваших семян, и есть *реальный* муж. Он тот, кого вы сами посеяли, потому что накричали на детей.

И на самом деле вы не можете кричать на него, не так ли? Потому что *он* как Ручка: он происходит не со своей собственной стороны, а с *вашей* стороны – из *вас*! Так что, если вы хотите обвинить кого-то в его упреках, единственный человек, которого вы можете обвинить, это... вы! Тогда вы затыкаете рот и отправляетесь в ванную, чтобы спокойно поразмышлять о себе.

А муж, который «я не виновата», муж «я ничего не сделала», не существует. В древних книгах об этом сказано сложнее: «Не существует сейчас; никогда не существовал в прошлом; никогда не будет существовать во все будущие дни грядущего мира». *Не...* существует.

Теперь об иронии; или, лучше сказать, о трагедии.

Когда вы сердитесь, *когда бы* вы ни сердились, вы сердитесь на одного из этих двух мужей, но не на другого. Можете ли вы угадать, на кого?

Правильно. Когда вы злитесь, это может быть только потому, что *вы* думаете, что это ваш муж решил назвать вас дурой. Вы можете злиться только в том случае, если искренне верите, что он кричит на вас, а *я ничего не сделала*! Как только вы по-настоящему поймете Ручку, вы поймете, что все и вся в вашем мире происходит из семян в вашем собственном уме – семян, которые вы там посеяли. И поэтому вы не можете сердиться на мужа, который произошел из вас.

Остается злиться на мужа, который *не* происходит из вас – мужа «я ничего не сделала». И ирония – точнее, трагедия, – в том, что его вообще не существует.

Как только вы поймете это – *действительно* поймете – тогда вы поймете кое-что еще. В вашей жизни не было никого, кто когда-либо причинял вам боль, никого, кто вам не нравился, – никого из них не существовало вообще. Врагов нет – врагов вообще не существует.

А это значит, что в такой катастрофе, как Вторая мировая война, которая стоила жизни 100 миллионам человеческих душ, *не было врагов*, не было никого в другой стране, с кем можно было бы воевать... все это было большой ошибкой, той же самой ошибкой, которую мы каждый день



совершаем на кухне, когда кричим в ответ. Самая большая трагедия из всех.

И последнее. «Два мужа на кухне» – это не только прекрасное начало для нашего исследования того, *как победить гнев навсегда*, но и идеальная метафора для изучения технического языка древней азиатской традиции, вкратце.

Второй муж – тот, который, как я ошибочно считаю, *не* происходит из меня – это то, что технически называется *гакча*: то, чего нет; то, чего никогда не было; то, от чего пуста пустота (что всегда должно быть тем, что никогда не могло существовать в любом случае).

Пустота здесь – это сам факт, что этот второй муж *не может быть здесь, на кухне*. Разве это не более простой способ понять пустоту? И признаком того, что это *действительно* пустота, является то, что *пустота должна быть единственной идеей, которая может навсегда остановить наши негативные эмоции* – не так ли? Понять, что этого человека, который причиняет нам боль... вообще никогда не было?

Достижение этого места, где идея о том, что этого мужа никогда не было, останавливает наши негативные эмоции, и это на самом деле является истинным значением древнего термина «*нирвана*».

Нирвана подразумевается противоположностью тому, что называют *сансарой*: «Колесо жизни», или «Колесо боли». Бесконечный нисходящий цикл, в котором один виток вызывает следующий. И это мы видим здесь, в

«Двух мужьях»: вы *кричите в ответ* на своего мужа, и тогда это зарождает семя, чтобы увидеть крики детей, и тогда вы *кричите в ответ* на них, и это зарождает семя, чтобы увидеть крики мужа, и так далее, и так далее.

Этот запутанный термин «*зависимое происхождение*» тоже здесь: само существование вашего кричащего мужа (первого, настоящего) *зависит* от того, что ваши семена раскрываются и возникает светящаяся картинка. Этот же процесс мы можем назвать истинным значением *причинно-следственной связи*: ментальные семена – причины, а кричащие мужья – результаты.

Раскрытие семени — это *созревание кармы*, где слово «карма» может относиться как к самому семени, так и к действию, которое его посеяло: крик на детей.

Весь сценарий на кухне — это также отличное место для того, чтобы воочию увидеть древнее азиатское учение, известное как «Четыре высшие истины», где «высший» относится к человеку, достигшему *высшего* состояния эволюции, через «прикосновение к алмазному миру», как описано в 7 уровне DCI Global. Хорошо бы получить очень практический пример этих четырех истин на кухне, а не просто их теоретическое описание в какой-то грандиозной схеме вещей. Также важно понимать, что эти четыре истины – не просто «истины» в том смысле, что они являются *утверждениями* истины: «Небо голубое». Скорее, они правильно соотносят древнюю традицию с реальным опытом: когда вы ударяете молотком по пальцу, то, что вы чувствуете, – это «Истина страдания».

Первая из четырех — это «Высшая истина страдания», которая на кухне относится к боли, которую испытывает жена, когда ее впервые задевают резкие слова мужа. В детской комнате на предыдущей неделе — это тот факт, что дети плохо ведут себя, когда их маме нужно быстро идти на работу.

Вторая из четырех — это «Высшая истина об источнике страдания», которая в нашем примере представлена ее криком на детей за неделю до

этого, и которая посеяла семена для обиды, которую она испытала на кухне.

Другой «Источник страданий» здесь – это если жена забывает занятия 10 уровня DCI Global, кричит в ответ на мужа, тем самым сея семена для того, чтобы дети снова вели себя плохо на следующей неделе.

Третья из четырех истин — это «Высшая истина о прекращении страданий», в которой жена *вспоминает*, что муж «я ничего не сделала» невозможен, и поэтому у нее вообще нет причин – в буквальном смысле – злиться. Она просто спокойно проходит через кухню и отпускает ситуацию, не чувствуя никакого гнева, потому что знает, откуда все происходит.

Четвертая из высших истин – «Путь к прекращению страданий», и это то понимание, которое испытывает жена во время только что упомянутого воспоминания. Этот «путь» на самом деле всегда является *ментальным состоянием*, и в своих высших формах неизменно включает в себя *видение того, что то, о чем мы думали, что оно есть, никогда там не было*.

И вот все здесь, на кухне: на одном, замечательном, реальном примере. Учитесь!

Вот и все. Это истинный способ остановить гнев, и если древние книги мудрости верны, то это *единственный* способ остановить гнев навсегда. Единственный способ никогда больше не расстраиваться.

Мы поместили этот инструмент здесь первым, потому что, даже если вы никогда не пойдете дальше 10-го уровня нашего тренинга DCI Global, этого уже достаточно, чтобы достичь этой цели. Однако говорят, что чем больше человек любит, тем он хочет узнать *больше методов*, как никогда не злиться: потому что подход, который лучше всего работает для разных людей – разных людей, которых вы любите, – чтобы помочь им преодолеть гнев, может отличаться, в зависимости от их обстоятельств и состояния сознания.

Лучше всего иметь в своем арсенале как можно больше инструментов. Так что давайте учиться дальше.

DCI 10 уровень
5 инструмент
Помощники гнева

Приятели по сжиганию семян

Мы собираемся совершить небольшое путешествие, здесь, в руководстве, чтобы изучить другой древний источник, который предлагает отличный маленький трюк, чтобы справиться с нашим гневом в этот самый жаркий момент истинного гнева третьей ступени – когда силы бдительности *ше-шин* ненадежны, и ясное мышление ускользает от нас.

Время для небольшого волшебства!



Древний манускрипт, к которому мы отправляемся, – это длинная потрясающая поэма под названием «Корона ножей», написанная почти тысячу лет назад индийским мудрецом по имени Дхарма Ракшита.

Название представляет собой ужасную метафору: представьте себе целую кучу маленьких стальных звездочек-ниндзя, подобных той, что вы видите на картинке, но эти самые лезвия действуют как бумеранги: каждый раз, когда вы кричите на своих детей, например, вы бросаете пару таких ниндзя-звезд в кармическую пустоту. А затем, через несколько дней, когда вы открываете дверь на кухню, звезды возвращаются из своего маленького путешествия через кармический промежуток времени и бьют вас прямо в лоб: «Ты ДУРА!».

В любом случае, когда человек на работе дает язвительный комментарий о том, что вы не можете выполнять свою работу, это такое же лезвие,

вернувшееся из поездки, в которую вы сами его и отправили – винить некого.

Кроме... может быть, есть кого!

Сейчас каждый хороший DCIG-ер знаком с «Четырьмя силами» для устранения плохих семян; и каждый хороший DCIG-ер знает, что эти «Четыре силы» *на самом деле* не отменяют плохие семена, потому что в действительности это невозможно, учитывая «Четыре закона кармы»,



которые включают закон о том, что любые семена, которые мы сеем, *должны* вернуться к нам. Это так же верно, как сохранение энергии, выраженное в третьем законе Ньютона: каждое действие влечет за собой равную (или, в случае с семенами, большую) и противоположную реакцию.

И поэтому, когда мы применяем «Четыре силы» к старому негативному семени, они очень ловко побуждают плохое семя раскрыться *слишком рано*: как недоношенный ребенок, который появляется на свет так рано, что не может долго прожить.

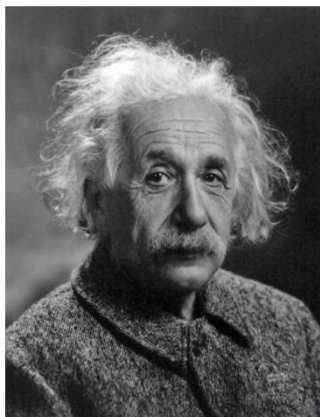
При таком подходе – в соответствии с древней «Сутрой Алмазного Огранщика», в честь которой названа компания DCI Global, – семя, посеянное каким-то серьезным вредом, который мы ранее совершили, поставив под угрозу жизнь другого человека, теперь должно раскрыться как серьезная форма рака в нашем теле; но благодаря нашему решению не повторять эту ошибку, семя раскрывается как интенсивная, часовая головная боль: прекрасный, недоношенный кармический ребенок.

Другими словами, кажется, что во Вселенной существуют силы, которые могут помочь нам заставить семя созреть слишком рано и гораздо меньше, чем оно могло бы взойти в противном случае.

И теперь «Корона ножей» подхватывает эту идею и развивает ее дальше. Производство берет начало в еще более древней традиции, которая гласит,

что – учитывая, что люди преподавали и изучали «Четыре шага» в этом мире на протяжении как минимум 25 веков – в любой момент времени должен существовать хотя бы *какой-то* процент населения, который использовал эти шаги для достижения высшего, просветленного состояния.

И традиция также гласит, что эти просветленные могут быть неузнаваемы,



по крайней мере, нами, обычными людьми, подобно тому, как на фоне других людей Эйнштейн был бы узнаваем для муравья. Говорят, что самому нужно быть близким к этому состоянию просветления, чтобы даже увидеть тех, кто уже его достиг. Ожидать, что все мы, обычные люди, сможем распознать просветленных в толпе непросветленных, все равно что требовать от собак, чтобы они писали Ручкой стихи, а не грызли ее.

В любом случае, *«Корона ножей»* указывает, что эти особые люди, рассредоточенные среди друзей, семьи и коллег, окружающих нас, понимали Ручку и ментальные семена настолько хорошо, что могли сознательно использовать их для воздействия на само время и пространство – укорачивая их по своему желанию, с помощью чрезвычайно разумного посева семян. Это означает, что они могли сократить будущее до нескольких минут и увидеть сегодня то, что остальные увидят только через десятилетия.

И такие люди – которые, должно быть, использовали «Четыре шага» в течение довольно долгого времени, чтобы оказаться там, где они находятся, – будут иметь привычку заботиться о других так же, как они заботятся о себе; ведь в этом и заключается суть «Четырех шагов».

Итак, предположим, что такой человек заглянет в наше будущее, как гласит теория, и увидит, что у нас с вами есть *очень плохие* семена, которые раскроются, скажем, через три года. Например, что мы увидим смерть кого-то очень близкого и будем жить в эмоциональной агонии горя в течение многих и многих последующих лет.



И предположим, что эти экстраординарные личности увидели это, и, если они действительно умны, они бы могли выстроиться позади нас и сказать нам несколько возмутительных слов о нашей работе, и это – как в случае с «Четырьмя шагами очищения» – причинило нам достаточно дискомфорта,

чтобы *израсходовать, сжечь плохие* семена, которые собирались привести к тому, чтобы любимый человек умер у нас на руках. Как преждевременная головная боль вместо рака.

И поэтому «Корона ножей» советует нам, что вот он – искусный способ поддерживать нашу радость, чтобы ничто не вывело нас из равновесия в первую очередь; способ, который не питает расстроенный ум; который не питает гнев, и с самого начала подавляет обиду. *Радуйтесь* тому факту, что любой конкретный человек, которого мы *когда-либо* встречаем, который делает или говорит *что-то*, чтобы расстроить нас, вполне может быть одним из этих невоспетых героев, одним из тех просветленных людей, которые давно, давно освоили «Четыре шага», и которые решили попробовать раздражать нас с единственным намерением помочь нам сжечь наши старые плохие семена.

И давайте не будем сжигать хорошие семена, сжигая те плохие семена! Сохраняйте свою радость! Вы такие *особенные*, что привлекли внимание просветленных!

