

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 Демчого, 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 «самайя»?	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 нёндرو?	134
36. Важно ли иметь перед собой буддийское изображение во время практики простираний?	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 нёндро	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 нёндро 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 ненапряженность в медитации.	156
59. О силе привычек	158
60. «После завершения нёндرو 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 параной	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 «пребывании 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 местожительстве	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 гонятся за парнями?	414
10. Сатъя 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