

ФАЛУНЬГУН

法 轮 功

(Русский перевод)

Ли Хунчжи

ЛУНЬ ЮЙ (О Дафа)

Дафа – это мудрость Создателя. Это основа творения Неба и Земли, создания Вселенной. Дафа охватывает всё, от самого микроскопического до самого огромного, проявляясь по-разному на разных уровнях Небесного Тела. Из ультрамикроскопичности Небесного Тела впервые появляются самые микроскопические частицы, затем слой за слоем простираются бесчисленные частицы, различные по размеру, от маленьких до огромных, достигая поверхностных слоёв, о которых знает человечество: атомов, молекул, планет и галактик; и далее – ещё большие. Частицы разных размеров формируют жизни разных размеров и миры разных размеров, которые расположены повсюду в Небесном Телe Вселенной. Жизни на каждом из разных уровней частиц воспринимают частицы следующего, большего уровня, как планеты в их небе, и так происходит на каждом уровне. Жизням на каждом уровне Вселенной кажется, что это продолжается бесконечно. Дафа также создал Время и Пространство, множество видов жизней и всё мироздание; нет ничего неохваченного, нет ничего упущенного. Всё это конкретные проявления на разных уровнях свойства Дафа «Чжэнь Шань Жэнь»¹.

Как бы ни были развиты человеческие методы исследования Вселенной и жизни, полученные знания ограничены лишь локальным пространством, находящимся на низком уровне Вселенной, где существуют люди. Во многих цивилизациях, появившихся в доисторический период человечества, люди занимались исследованием других планет. Однако как бы высоко и далеко они ни летали, им не удавалось выйти за пределы пространства, в котором существуют люди. Человечество никогда не сможет по-настоящему постичь истинную картину Вселенной. Если человек хочет познать тайны Вселенной, времён-пространств и человеческого тела, он непременно должен совершенствоваться по праведному Фа², достичь

истинного Просветления и как жизнь повысит свой уровень. Во время совершенствования его нравственность также повысится, и когда он сможет отличить подлинное добро от подлинного зла, хорошее от плохого и выйдет за пределы человеческого уровня, то сможет увидеть реальные Вселенные, жизни разных пространств, разных уровней и соприкоснуться с этим.

Люди проводят исследования под предлогом «улучшения условий жизни», но ими движет конкуренция в сфере технологий. И в большинстве случаев это основано на том, что они отвергают божественное и отказываются от соблюдения человеческих норм морали, предназначенных для того, чтобы человек сдерживал себя. Именно по этим причинам многие цивилизации, которые появлялись в прошлом у человечества, подвергались уничтожению. Исследования ограничиваются только пределами материального мира, и методы их таковы, что предмет изучается лишь тогда, когда он уже опознан. Однако вследствие того, что люди отвергли божественное, они никогда не осмеливаются затронуть явления неосознанные и невидимые в человеческом пространстве, но объективно существующие и по-настоящему проявляющие себя в реальности человеческого мира, такие как духовность, вера, божественное слово и божественные чудеса.

Если люди смогут повысить свою мораль и улучшить мысли, основываясь на нравственных ценностях, то цивилизация человеческого общества сможет существовать долго, и в человеческом обществе снова проявятся божественные чудеса. Много раз в прошлом в человеческом обществе возникала полубожественная-получеловеческая культура. Такая культура помогала человечеству достичь истинного понимания жизни и Вселенной. Если человечество с должным уважением и почтением отнесётся к проявлениям Дафа в этом мире, то это принесёт человеку, нации или государству счастье или славу. Небесные Тела, Вселенные, жизни и всё-всё создано Дафа Вселенной.

Жизнь, которая отклонилась от Дафа, по-настоящему испорчена. Мирские люди, которые могут соответствовать Дафа, являются действительно хорошими, и в то же время это принесёт им вознаграждение, счастье и долголетие. Совершенствующийся, который может слиться с Дафа, станет существом, постигшим Дао, – Божественным существом.

Ли Хунчжи
24 мая 2015 г.

¹ «Истина-Доброта-Терпение»

² Закон

ОГЛАВЛЕНИЕ

Глава I. ВВЕДЕНИЕ	15
1.1. Истоки цигун	15
1.2. Ци и Гун	18
1.3. Сила Гун и сверхъестественные способности	19
1.3.1. Сила Гун приобретается путём совершенствования Синьсин	19
1.3.2. Сверхъестественные способности - это не то, к чему стремятся практикующие	20
1.3.3. Контроль использования силы Гун	23
1.4. Небесное око	25
1.4.1. Открытие небесного ока	25
1.4.2. Уровни небесного ока	27
1.4.3. Дальновидение.	30
1.4.4. Пространства	31
1.5. Цигунтерапия и клиническое лечение	33
1.6. Цигун системы Будды и буддизм	36
1.6.1. Цигун системы Будды	37
1.6.2. Буддизм	38
1.7. Ортодоксальные и еретические методы	40
1.7.1. Панмэнь цзодао	40
1.7.2. Ушу-цигун	41
1.7.3. Обратное самосовершенствование и взятие в долг Гун	42
1.7.4. Космический язык	43
1.7.5. Одержимость информацией нечистых духов	45
1.7.6. Даже если путь совершенствования праведный, человек может практиковать по еретическому методу	46
Глава II. ФАЛУНЬГУН	48
2.1. Назначение Фалунь	48
2.2. Форма и структура Фалунь	51
2.3. Особенности самосовершенствования по Фалуньгун.	52

2.3.1. Закон совершенствует человека	52
2.3.2. Совершенствование Чжу-иши	54
2.3.3. Во время практики не нужно обращать внимания на время занятий и ориентацию	56
2.4. Совершенствование и души и тела.	57
2.4.1. Изменение Бэнтъи	57
2.4.2. Небесный круг Фалунь	59
2.4.3. Пробивание каналов	60
2.5. Мысль	62
2.6. Уровни самосовершенствования по Фалуньгун .	64
2.6.1. Самосовершенствование на высшие уровни .	64
2.6.2. Формы проявления Гун	65
2.6.3. Самосовершенствование по постмирскому Закону.	66
Глава III. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИНЬСИН	68
3.1. Содержание Синьсин	68
3.2. Потеря и приобретение	70
3.3. Одновременное самосовершенствование по «Чжэнь Шань Жэнь».	74
3.4. Изживание зависти	76
3.5. Изживание пристрастий	78
3.6. Карма	81
3.6.1. Возникновение кармы	81
3.6.2. Устранение кармы	84
3.7. Вмешательство дьявола	87
3.8. Природная основа и способность уразумения .	89
3.9. Спокойное и чистое сердце	92
Глава IV. МЕТОД ПРАКТИКИ ФАЛУНЬГУН	96
4.1. Фо чжань цяншоу фа (Будда растягивает тысячи рук).	97
4.2 Фалуньчжуан фа (Стоячая свая Фалунь)	107
4.3. Гуаньтун лянцзи фа (Пронизывание до двух полюсов).	110
4.4. Фалуньчжоутянь фа (Небесный круг Фалунь) .	116

4.5. Шэньтун цзячи фа (Усиление чудотворства).	119
Некоторые основные требования и положения в практике Фалуньгун	123
Глава V. ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ	126
5.1. Фалунь и Фалуньгун	126
5.2. Принципы занятий и метод практики.	131
5.3. Совершенствование Синьсин	157
5.4. Небесное око	163
5.5. Испытания.	172
5.6. Пространство и человечество	174

Глава I. ВВЕДЕНИЕ

Цигун в Китае существовал с незапамятных времён и имеет древнюю историю, поэтому у китайского народа есть благоприятные условия для практики цигун. В цигун системы Будды и системы Дао, в двух ортодоксальных системах, уже было предано гласности много великих методов совершенствования, которые раньше передавались только секретно. Метод совершенствования системы Дао уникален, в то же время и система Будды имеет свои методы самосовершенствования. Фалуньгун представляет собой Великий Закон цигун системы Будды для самосовершенствования на высшие уровни. На курсах я, прежде всего, регулирую тела всех учеников до состояния, пригодного для самосовершенствования на высшие уровни, затем устанавливаю в вашем теле Фалунь и Цици и обучаю нашему методу практики. Кроме того, у меня есть Тела Закона, которые охраняют вас. Однако этого ещё недостаточно, и невозможно добиться роста Гун; ещё требуется постичь принципы самосовершенствования на высшие уровни. Это и является содержанием данной книги.

Я проповедую Гун на высоком уровне, поэтому не буду говорить о каких-либо каналах или о каких-либо биологически активных точках, или о каких-то меридианах. Я проповедую Сюлянь Дафа (Великий Закон для самосовершенствования), который по-настоящему наставляет человека на высшие уровни. Поначалу это звучит мистически, но перед теми, кто намерен серьёзно заняться практикой цигун и внимательно вдумываться в его суть, откроются все чудеса и секреты, которые он содержит.

1.1. Истоки цигун

То, что мы в настоящее время именуем цигун, на самом деле не носило такого названия. Он берёт свое начало в индивидуальном самосовершенствовании древних китай-

цев или в самосовершенствовании в религиях. Поищите в «Дань Цзин», «Дао Цзан», а также в полном собрании буддийских канонов, и вы не найдёте термина «цигун». На протяжении нынешнего этапа развития цивилизации нашего современного человечества цигун прошёл этап, когда религия была на ранней стадии развития; он существовал ещё до формирования религии. После возникновения религии название «цигун» приобрело некоторый религиозный оттенок. Первоначально его называли «Великий Закон самосовершенствования в Будду» или «Великий Закон самосовершенствования в Даоса». Ещё существует много других названий, например, «Техника девятикратного изготовления золотой пилюли бессмертия», «Закон Архата», «Важдра-Чань» и т. п. Сейчас мы называем его «цигун» для лучшего восприятия современным человеком с целью более успешного распространения в обществе. В сущности, цигун является чисто китайским методом самосовершенствования человеческого тела.

Цигун не является изобретением нынешнего человечества. Он имеет довольно древнюю историю. Тогда в какое время возник цигун? Некоторые говорят, что цигун имеет трёхтысячелетнюю историю и был широко распространён в период династии Тан. Другие говорят, что цигун имеет пятитысячелетнюю историю, такую же древнюю, как культура китайской нации. Третьи говорят, что, судя по археологическим находкам, цигун имеет семитысячелетнюю историю. По-моему, цигун – не изобретение современного человечества, он принадлежит доисторической культуре. По сведениям людей, обладающих сверхъестественными способностями, Вселенная, где мы обитаем, является образованием, сформированным уже после девятикратных взрывов. Эта планета, на которой мы живем, уже разрушалась много раз. Каждый раз, когда планета снова возрождалась, человечество снова размножалось. Сейчас в мире уже обнаружены многие предметы, происхождение

которых выходит за пределы современной цивилизации. По эволюционной теории Дарвина человек произошёл от обезьяны, и возраст цивилизации не превышает десяти тысяч лет. Однако во время археологических исследований в пещерах Альп в Европе были обнаружены настенные фрески, выполненные двести пятьдесят тысяч лет тому назад, которые представляют собой очень высокую художественную ценность, даже превосходящую произведения современного человека. В музее перуанского Государственного университета хранится крупный камень, на котором выгравирована фигура человека, держащего в руках телескоп и наблюдающего за небесными телами. Этому изображению человека более тридцати тысяч лет. Всем известно, что в 1609 году Галилео Галилей изобрёл телескоп с тридцатикратным увеличением. Возраст этого изобретения не превышает трёхсот лет. Откуда же тогда взялся телескоп тридцать тысяч лет назад? В Индии имеется железный столб, степень чистоты содержания железа в котором превышает 99%. Даже с помощью современных технологий в металлургии невозможно получить железо такой чистоты. Это уже превосходит уровень современной технологии. Кто же тогда создал эту цивилизацию? Как могли люди, которые в то время, возможно, представляли собой лишь микроорганизмы, создать все эти вещи? Подобные находки привлекли к себе внимание учёных из разных стран мира. Поскольку такие явления необъяснимы, то их относят к доисторической культуре.

В разные доисторические периоды уровень науки был неодинаков. В некоторые из них она была довольно развита и превышала уровень науки нашего современного человечества. Но эти цивилизации были разрушены. Поэтому я говорю, что цигун не изобретён и не создан нашим современным человеком, но современный человек обнаружил и усовершенствовал его. Цигун принадлежит доисторической культуре.

Наша страна не является монопольным обладателем

цигун. Он также существует в других странах, но они не называют его цигун. В западных странах, таких как Соединённые Штаты, Великобритания и др. его называют магией. В Америке живёт некий фокусник, который на самом деле является мастером, обладающим сверхъестественными способностями. Однажды он проявил мастерство, пройдя через Великую китайскую стену. Перед тем как пройти через неё, он прикрыл себя и часть стены белым покрывалом, а затем прошёл через стену. Почему он так поступил? Он сделал так для того, чтобы те, кто смотрит, подумали, что это фокус. Ему пришлось так поступить, так как он знает, что у нас в Китае есть много великих мастеров, и он беспокоился, что они ему помешают. Поэтому он сначала укрыл себя, а затем прошёл. При выходе из стены он сначала вытянул руку, приподнял покрывало, а затем вышел. Есть такая поговорка: «Мастера изучают ловкие приёмы, а обычные люди гонятся за весельем». Таким образом, зрители принимают всё это за фокус. Эти способности называют фокусами, потому что их не используют для совершенствования своего тела, а показывают на сцене с целью развлечения и демонстрации волшебства. Рассуждая с точки зрения низкого уровня, цигун предназначен для такого изменения состояния человеческого тела, при котором происходит излечение болезней и укрепление организма. Если говорить с точки зрения высокого уровня, то цигун предназначен именно для совершенствования Бэнтъи (собственного тела).

1.2. Ци и Гун

То, что мы сейчас называем «ци», в древнее время называли «чи». По своей сути они одинаковы, так как оба слова подразумевают ци Вселенной, представляющий собой материю космоса, не имеющий формы и образа. Но это не воздух. Энергия такой материи активизируется в человеческом теле благодаря совершенствованию и

изменяет состояние человеческого тела, что может иметь эффект излечения болезней и укрепления организма. Но ци и есть ци. У тебя есть ци, и у него тоже есть ци, но между ци нет обусловленности. Некоторые говорят, что при помощи ци можно лечить болезни или испускать на кого-то ци, чтобы излечить его болезни. Эти утверждения ненаучны, потому что ци вовсе не может лечить болезни. Когда в теле практикующего всё ещё существует ци, то это значит, что его тело пока не вошло в молочно-белое состояние, значит, у него ещё есть болезни.

Человек, который достиг высокого гунфу, испускает уже не ци, а массу высокоэнергетической материи, проявляющейся в форме света. Её частицы очень мелкие с очень большой плотностью, это и есть Гун. Только он может влиять на обычных людей, и только с его помощью можно лечить больного. Есть такое выражение: «Когда сияние Будды озаряет всё, тогда нравственность и справедливость находятся в полной гармонии». Смысл сказанного состоит в том, что тело совершенствующихся по ортодоксальному Закону несёт очень большую энергию, и куда бы они ни шли, любые неправильные состояния в пределах их поля энергии могут быть исправлены и восстановлены. Например, болезнь представляет собой неправильное состояние. Когда исправят это состояние, болезнь исчезнет. Проще говоря, Гун и есть энергия. Гун обладает физическими характеристиками, и практикующие в ходе самосовершенствования могут обнаружить и ощутить его объективное существование.

1.3. Сила Гун и сверхъестественные способности

1.3.1. Сила Гун приобретается путём совершенствования Синьсин

По существу, Гун, от которого зависит уровень силы Гун человека, не порождается практикой. Он возникает

при совершенствовании Синьсин от преобразования «Дэ» (нравственности), своего рода вещества. Этот процесс преобразования не похож на тот, о котором думают обычные люди: поставить «треножник» и «печь», собрать лекарственные средства для изготовления дань и таким образом выработать Гун. Гун, о котором говорим, порождается вне тела, начиная с нижней части человеческого тела. С повышением Синьсин Гун спирально растёт вверх, полностью формируясь вне человеческого тела, затем образуется столб Гун над головой. Высотой столба Гун определяется высота Гун человека. Столб Гун находится в очень глубоком пространстве. Обычным людям трудно его увидеть.

Сила Гун усиливает сверхъестественные способности. Человек, у которого мощная сила Гун, и который находится на высоком уровне, имеет мощные сверхъестественные способности и может свободно использовать их. У кого сила Гун слабая, у того сверхъестественные способности тоже слабые. Они не в состоянии свободно применять их или даже вообще не могут их использовать. Сверхъестественные способности сами по себе не отражают ни мощности силы Гун, ни высоты уровня человека. Высоту уровня человека определяет сила Гун, а не сверхъестественные способности. Некоторые занимаются самосовершенствованием в «заблокированном» состоянии, и хотя их сила Гун очень мощная, но они не обязательно обладают многими сверхъестественными способностями. Решающую роль играет сила Гун. Сила Гун приобретается путём совершенствования Синьсин. Это и есть самый существенный момент.

1.3.2. Сверхъестественные способности – это не то, к чему стремятся практикующие

Все практикующие обращают внимание на сверхъестественные способности. Такие способности в общест-

ве имеют довольно привлекательную силу. Многие хотят приобрести некоторые способности. Однако если Синьсин у человека плохой, то иметь эти способности он не может.

Некоторыми сверхъестественными способностями могут обладать и обычные люди, например, небесным оком, небесными ушами, телепатией, способностью ясно-видения и т. д. Но эти способности проявляются по-разному в зависимости от конкретного человека. В состоянии постепенного просветления невозможно иметь все сверхспособности. Обычные люди не могут обладать некоторыми сверхъестественными способностями, например, такими как способность превращать предмет, находящийся в этом реальном пространстве, в другую вещь. Обычные люди не могут приобрести такую сверхъестественную способность. Мощные сверхспособности приобретаются после рождения в результате самосовершенствования. Фалуньгун был рождён и эволюционирован по принципу Вселенной, поэтому все сверхъестественные способности, которые существуют во Вселенной, существуют и в Фалуньгун. Это зависит лишь от того, как совершенствуется практикующий. Мысль о приобретении некоторых сверхъестественных способностей не считается ошибочной, но слишком сильное стремление уже считается не обычной мыслью и порождает негативные последствия. Приобретение некоторых сверхъестественных способностей на низком уровне почти не имеет смысла. Ты просто хочешь применять их, чтобы показывать обычным людям и стать сильным среди обычных людей? Если это так, то это как раз указывает на твой низкий Синьсин, и правильно, что тебе не дали сверхспособностей. Если дать некоторые сверхъестественные способности человеку с плохим Синьсин, то он может использовать их для совершения плохих дел, потому что Синьсин у таких людей ненадёжный, и нет гарантии, что они не совершат чего-то плохого.

С другой стороны, все сверхъестественные способности,

которые можно демонстрировать людям, не могут изменить человеческое общество, не могут преобразовать жизнь общества. Настоящие сверхспособности высокого уровня не разрешается демонстрировать людям, поскольку их влияние и опасность от их применения будут слишком большими. Например, нельзя же для демонстрации разрушить большое здание. Очень мощные сверхъестественные способности не разрешается использовать никому, за исключением людей с особой миссией, и эти способности не разрешается использовать и показывать, они находятся под контролем Высшего Учителя.

Но некоторые обычные люди часто настойчиво требуют, чтобы мастер цигун продемонстрировал свои сверхспособности. Они заставляют его показать свои сверхспособности. Те, кто обладает сверхспособностями, не хотят их показывать, потому что не разрешается этого делать – их демонстрация повлияет на состояние всего общества. Человеку с великим Дэ не разрешают публично показывать свои сверхъестественные способности. У некоторых мастеров цигун во время демонстрации возникает очень плохое настроение, и впоследствии им даже хочется рыдать. Не надо заставлять их показывать! Демонстрация этих вещей расстраивает их. Один ученик принёс мне журнал, который сразу вызвал у меня антипатию. В нём было написано о предстоящей международной конференции цигун: «Те, кто имеет сверхспособности, могут участвовать в конкурсе. У кого способности сильнее, тот попадёт на конференцию». После прочтения этого известия у меня на душе было тяжело на протяжении нескольких дней. Эти вещи нельзя публично показывать на конкурсах, в противном случае люди будут раскисать в этом. Ведь обычные люди обращают внимание только на реальные вещи нашего мира, но мастера цигун все-таки должны относиться к себе с уважением.

С какой целью гонятся за сверхспособностями? Это

отражает духовное состояние и стремление практикующих. Если их желания нечистые и нестабильные, то им невозможно приобрести мощные сверхспособности. Причина состоит в том, что когда ты ещё не добился просветления, твоя оценка того, что хорошо, а что плохо, исходит лишь из критериев мирских законов. Ты не увидишь истинной природы вещей и предопределённой связи между ними. Драка, брань и плохое обращение непременно происходят из-за кармических связей. Ты не способен увидеть сути дела и можешь оказать только «медвежью услугу». Проблемы любви и вражды, правды и лжи между обычными людьми решаются по мирским законам – совершенствующимся не надо в них вмешиваться. Поскольку ты ещё не достиг просветления, то суть дела, о котором ты рассуждаешь, может быть, не такой, какой тебе кажется. Когда кто-то ударил другого кулаком, возможно, они таким образом рассчитывались за карму. Если ты вмешаешься, то помешаешь погашению кармы. Карма является чёрной материей, находящейся вокруг тела человека. Она представляет собой материальное существование в другом пространстве. Эта материя может превращаться в болезни и бедствия.

Сверхъестественные способности имеются у каждого человека. Проблема в том, что их нужно развивать и усиливать путём постоянного самосовершенствования. Если практикующий гонится только за приобретением сверхспособностей, то он недалёковиден. У него мысль нечистая. В ней непременно содержится эгоизм независимо от цели приобретения сверхспособностей. Это неизбежно мешает ему заниматься практикой, в результате чего он не приобретёт сверхспособностей.

1.3.3. Контроль использования силы Гун

Некоторые совершенствующиеся, хотя и недолго занимались, но уже хотят лечить больных – проверяют свои

способности. Что касается человека с невысокой силой Гун, то, протянув руку, он уже вбирает в себя большое количество чёрного, болезненного и грязного ци из тела больного, потому что у него нет способностей защитить себя от болезненного ци, и вокруг тела нет защитной оболочки, поэтому у него сформировалось общее поле с больным. Когда у тебя сила Гун слабая, то ты не можешь защитить себя. Естественно, ты чувствуешь себя плохо. Если никто не позаботится о тебе вовремя, то в твоём теле везде будут болезни, поэтому тем, у кого сила Гун невысокая, нельзя лечить других. Только в том случае, если у тебя появились сверхъестественные способности, и ты обладаешь определённой силой Гун, можно использовать цигун для лечения болезней. Некоторые, хотя у них и появились сверхспособности, и они могут лечить больных, но, если они находятся на очень низком уровне, то на самом деле лечат больных своей накопленной силой Гун, своей энергией; ведь Гун – это и есть энергия, он является живым существом с умственными способностями и накапливается очень нелегко. Выпустить этот Гун, значит израсходовать себя. Когда ты выпустишь Гун, столб Гун, находящийся над головой, уменьшится, и Гун израсходуется. Этого совсем не стоит делать. Поэтому я не выступаю за то, чтобы ты лечил других, когда твоя сила Гун невысока. Какой бы хороший приём ты ни использовал, всё равно это расходует твою энергию.

Когда сила Гун достигнет определённого уровня, то возникнут разнообразные сверхспособности. Использовать эти способности нужно очень осторожно. Например, когда открылось небесное око, то нехорошо, если ты не используешь его. Если долго его не использовать, то оно закроется само собой. Часто смотреть этим оком тоже нельзя. Если часто используешь его, то расходует много энергии. Значит ли это, что от вас требуется никогда не использовать сверхспособности? Конечно, нет. Если никогда их не использовать, то зачем

совершенствоваться? Проблема в том, когда их можно использовать? Можно использовать лишь тогда, когда практикующий усовершенствовался до определённого уровня и имеет способность возместить себе то, что было израсходовано. При самосовершенствовании по Фалуныгун, когда практикующий достигает определённого уровня, Фалунь может автоматически эволюционировать и пополнять столько Гун, сколько испущено, автоматически поддерживая уровень силы Гун практикующего, нисколько не уменьшая её. Это и есть особенность Фалуныгун. Лишь тогда можно использовать сверхспособности.

1.4. Небесное око

1.4.1. Открытие небесного ока

Главный проход небесного ока находится между серединой лба и переносицей. Обычный человек смотрит на вещи физическими глазами подобно тому, как работает фотокамера. Путём изменения состояния хрусталика глаза и размера зрачка, в зависимости от расстояния и освещённости вещей, их изображение, проходя через зрительный нерв, образуется в пинеальной железе, находящейся в задней части мозга. С помощью сверхъестественной способности небесного ока «просвечивание» осуществляется от пинеальной железы прямо наружу. У обычного человека небесное око закрыто, щель в главном проходе очень узкая и тёмная, не светится, внутри нет жизненной сущности. У некоторых людей это место забито, поэтому они не могут видеть.

Мы откроем небесное око, во-первых, с помощью внешней силы или пробьём проход посредством собственного совершенствования. У разных людей проходы имеют разные формы: бывает эллиптическая, круглая, ромбовидная, треугольная формы прохода. Чем лучше совершенствуешься, тем круглее он становится. Во-вторых, Учитель даст тебе глаз. Если ты совершенствуешься самостоятельно, то

этот глаз должен выработать ты сам. В-третьих, небесное око должно быть заполнено жизненной сущностью.

Обычно мы смотрим на вещи двумя физическими глазами. Как раз эти глаза отсекают у нас проход в другие пространства. Они действуют как заслон, и мы можем видеть только вещи, находящиеся в нашем материальном пространстве. Открытие небесного ока означает, что мы смотрим на вещи, минуя эти физические глаза. В результате совершенствования на высоких уровнях может появиться «истинный глаз». Тогда можно смотреть на вещи истинным глазом небесного ока или истинным глазом, который находится на переносице. В системе Будды каждую потовую пору считают глазом, а также полагают, что на теле человека – везде глаза. В системе Дао считают каждую биологически активную точку глазом. Но главный проход находится в небесном оке, и обязательно надо, прежде всего, открыть его. На курсах я каждому заложил «вещь», которая отвечает за открытие небесного ока. Поскольку физическое состояние у каждого человека разное, поэтому эффект будет неодинаковым. Некоторые видят чёрную дыру, напоминающую глубокий колодец. Это значит, что проход небесного ока тёмный. Другие видят белый проход. Если увидят что-то впереди, это значит, что небесное око скоро откроется. Некоторые видят что-то вращающееся, и это значит, что Учитель для открытия небесного ока что-то заложил. Когда оно пробьёт небесное око, то можно будет смотреть. Некоторые небесным оком могут видеть большой глаз, и считают его «глазом Будды», а на самом деле это их собственный глаз. Такой случай чаще всего появляется у людей с хорошей врождённой природной основой.

По нашему наблюдению, в каждой группе больше чем у половины людей откроется небесное око. После открытия небесного ока появится такая проблема: человек с невысоким Синьсин может легко использовать его для занятий порочными делами. Чтобы предотвратить такую

возможность, я прямо открою твоё небесное око на уровне «зрения глаза мудрости», то есть открою тебе небесное око на высшем уровне, чтобы ты сразу увидел феерию в других пространствах. Тогда ты можешь видеть то, что появляется во время практики, чтобы ты убедился в этом, и твоя уверенность в самосовершенствовании повысилась. У человека, который только начинает совершенствоваться, Синьсин ещё не может достичь высоты сверхобычного человека. Если бы он имел вещи сверхобычного человека, то легко мог бы совершить плохие поступки. Например, скажу в шутку: если ты идёшь по улице и видишь розыгрыш лотереи, наверное, ты вытащишь главный приз. Вот такой смысл. Так поступать не разрешается. Существует и другая причина. Мы открываем небесное око в большом масштабе. Если всем откроем на низком уровне, то подумайте: каждый человек сможет «просветить» человеческое тело, видеть сквозь стену, и разве это будет человеческим обществом? Это будет серьёзно мешать состоянию мирского общества, поэтому так делать не разрешается. Для совершенствующихся ничего полезного в этом нет. Это способствует усилению их пристрастий, поэтому я открою тебе небесное око не на низком уровне, а прямо на высоком.

1.4.2. Уровни небесного ока

Небесное око имеет много разных уровней. На разных уровнях оно видит разные пространства. Буддийская религия разделяет небесное око на пять типов зрения: «зрение невооруженного глаза», «зрение небесного глаза», «зрение глаза мудрости», «зрение глаза Закона» и «зрение глаза Будды». Каждый тип ещё подразделяется на высшую, среднюю и начальную ступени. Если уровень ниже «зрения небесного глаза», то можно видеть картины только нашего материального мира. Когда уровень превышает «зрение глаза мудрости», можно видеть явления

в других пространствах. Некоторые имеют способность «просвечивания» и видят очень чётко, даже точнее томографического сканирования. Однако то, что они видят, всё ещё находится в нашем материальном мире и не превышает пространство, где мы обитаем. Такое небесное око не может быть причислено к высшим уровням.

Уровень небесного ока человека зависит от количества жизненной сущности, от размера и яркости главного прохода и от степени его «забитости». Степень открытия небесного ока зависит от жизненной сущности внутри него. Это является ключевым фактором. Детям до 6 лет открыть небесное око очень легко. Мне даже не нужно ничего делать, просто заговорю, и их небесное око сразу откроется. Это потому, что на детей такого возраста материальный мир оказал ещё мало плохого воздействия, причём они сами пока ещё не совершили каких-либо плохих поступков, и их природная жизненная сущность прекрасно сохранена. Детям старше 6 лет открыть небесное око уже труднее. С возрастом на ребёнка усиливается влияние внешнего мира. Нездоровое воспитание, попустительство и деградация личности особенно способствуют рассеиванию его жизненной сущности, и со временем наступит полная её потеря. Человек, у которого полностью рассеяна жизненная сущность, может постепенно пополнять жизненную сущность путём самосовершенствования, но на это потребуется очень много времени и упорного труда. Поэтому говорю вам, что жизненная сущность – крайне ценная вещь.

Я не за то, чтобы небесное око открылось на уровне «зрения небесного глаза», потому что, пока у совершенствующегося сила Гун ещё не мощная, то его накопленная энергия при закаливании Гун даже меньше потраченной энергии на «просвечивание». При чрезмерном рассеянии жизненной сущности небесное око может снова закрыться. Если оно закрылось, то снова его открыть уже нелегко. Поэтому обычно я открываю небесное око людям на уровне «зрения глаза мудрости». Независимо от того, ясно видно или

нет, практикующий может видеть явления, находящиеся в другом пространстве. В зависимости от природных условий некоторые видят очень чётко, а другие нет. У кого-то изображение то появится, то исчезнет, но минимально позволяется видеть свет. Это помогает практикующим совершенствоваться на высшие уровни. Если небесное око плохо видит, то это можно восполнить благодаря самосовершенствованию.

Те, у кого жизненной сущности недостаточно, видят небесным оком чёрно-белые картины, а те, у кого жизненной сущности много, – цветные, и изображение более чёткое. Чем больше жизненной сущности, тем отчетливее они видят. Но разные люди видят по-разному. У некоторых людей небесное око открыто с рождения, а у других, наоборот, плотно забито. При открытии небесного ока появившаяся картина немного напоминает распускающийся цветок, который раскрывается лепесток за лепестком. Когда сидишь в позе созерцания, сначала замечаешь, что в небесном оке находится пучок света. Сначала свет не очень яркий, потом он постепенно краснеет. У некоторых людей небесное око забито очень плотно, поэтому реакция при открытии будет довольно сильная. Они чувствуют, что мышцы в главном проходе и на переносице напрягаются, словно сжимаются вместе и втягиваются внутрь, виски и лоб раздуваются и болят. Такова реакция во время открытия небесного ока. У некоторых небесное око легко открывается. Они могут случайно заглянуть куда-то. На курсах кое-кто случайно видел мои Тела Закона. А когда он внимательно посмотрит, то видение исчезает. На самом деле это он стал смотреть физическими глазами. Когда он с закрытыми глазами смотрит и сохраняет такое состояние, то постепенно начинает видеть яснее. А когда захочет посмотреть точнее, то на самом деле он использует физические глаза, и тогда уже работает зрительный нерв, поэтому он ничего не увидит.

На разных уровнях небесного ока увиденные пространст-

ва тоже разные. В некоторых научно-исследовательских организациях не понимают этого, что привело многие исследования цигун к неудаче, и даже получены отрицательные результаты. Например, одна организация запланировала способ проверки сверхъестественных способностей и предложила мастерам цигун определить, что находится в герметично закрытом ящике. В связи с тем, что уровни небесного ока мастеров цигун разные, естественно, ответы тоже были неодинаковы. Отсюда исследователи сделали вывод, что небесное око не существует, считая это обманом. При таких испытаниях лучший эффект достигается у тех, у кого уровень небесного ока низкий. Это потому, что его небесное око открыто на уровне зрения небесного глаза, которое пригодно только для наблюдения явлений, находящихся в материальном пространстве. Поэтому те люди, которые не понимают вопроса о небесном оке, считают, что у такого мастера сверхъестественные способности самые мощные. Любая вещь, независимо от того, органическая она или неорганическая, в разных пространствах проявляется по-разному. Возьмём, к примеру, стакан. В тот момент, когда его изготовили, одновременно в соответствии с ним в другом пространстве уже появилось живое существо с умственной способностью. До своего этого появления данное живое существо, возможно, было каким-то другим предметом. При этом человек с самым низким уровнем небесного ока видит стакан; человек с более высоким уровнем небесного ока видит живое существо стакана, находящееся в другом пространстве; человек, находящийся на ещё более высоком уровне, видит ту форму предмета, которая раньше принадлежала данному живому существу.

1.4.3. Дальновидение

После открытия небесного ока у некоторых может появиться сверхъестественная способность «дальновидение»,

с помощью которой можно видеть предметы, находящиеся за тысячи километров. Каждый человек занимает своё пространство. В этом пространстве он имеет размер такой же, как Вселенная. В его определённом пространстве перед лбом находится зеркало, которое невидимо в нашем пространстве. У каждого человека есть такое зеркало, но у человека, который не занимается совершенствованием, это зеркало повернуто к нему лицевой стороной. Когда человек совершенствуется, то это зеркало постепенно переворачивается к человеку обратной стороной. В повернутом зеркале может отражаться то, что человек хочет увидеть. В своём определённом пространстве человек очень большой, то есть его тело огромное, и это зеркало тоже очень большое. Всё, что он хочет увидеть, может быть отражено в зеркале. Однако человек ещё не может увидеть отражение, для этого нужно, чтобы оно в зеркале на один миг остановилось. Это зеркало может переворачиваться туда и обратно. Оно поворачивается к тебе, чтобы ты взглянул на изображение, потом снова переворачивается. Так оно поворачивается туда-сюда очень быстро, переворачиваясь непрерывно. Киноплёнка при скорости 24 кадра в секунду создаёт движущиеся картины. Скорость оборотов зеркала ещё быстрее, чем у киноплёнки, поэтому оно очень чётко показывает непрерывные картины. Это и есть сверхъестественная способность «дальновидение». Вот как прост принцип дальновидения. Всё это является секретом из секретов, а я высказал его в нескольких словах.

1.4.4. Пространства

С нашей точки зрения, пространства очень сложные. Наше человечество знает только пространство, где оно обитает, а другие пространства ещё не может познать. Речь идёт о других пространствах. Наши мастера цигун уже могут видеть несколько десятков пространств разных

уровней. Теоретически всё это объяснимо, но наука ещё не может доказать их существования. Хотя существование некоторых вещей ещё не признаётся, но они действительно уже отражаются в нашем пространстве. Например, в мире есть одно место у Бермудских островов, которое люди называют «дьявольским треугольником». В этом районе некоторые корабли и самолёты исчезают, а спустя несколько лет снова появляются, и никто не может объяснить причину этого явления, так как никто не смог выйти за рамки современного человеческого мышления. На самом деле, это место является проходом в другое пространство. Этот проход не похож на двери в нашем обычном понимании. Он проявляется как некое «переплетение» пространств. Если корабль попадает в это место, когда в таком «переплетении» неправильно открывается «дверь», то корабль легко попадает в другое пространство. Человек не чувствует этой разницы в пространствах и может мгновенно войти туда. Но разницу между тем временем-пространством и нашим временем-пространством невозможно измерить километрами. Расстояние в десятки тысяч километров тут только точка. Разные времена-пространства существуют одновременно в одном и том же месте. Корабль входит туда на мгновение, затем неожиданно снова выходит, а в нашем пространстве уже прошли десятки лет, потому что время в этих двух пространствах идёт по-разному. В каждом пространстве ещё существуют отдельные миры. Это похоже на модель строения атома: от шарика отходят разветвлённые линии, на концах которых опять шарики. Всё это очень сложно.

За четыре года до Второй мировой войны один лётчик английской военной авиации, выполняя задание, попал в бурю. Благодаря своему опыту он нашёл старый заброшенный аэродром. Когда он приземлился, то вдруг увидел совсем другую картину: чистое безоблачное небо – как будто он выбрался из другого мира. На аэродроме все самолеты были окрашены в жёлтый цвет, на земле

суетились люди. Ему показалось всё это очень странным. Он совершил посадку, но на него никто не обратил внимания. Командный пункт даже не связался с ним. Он посмотрел на ясное небо, решил улететь и взлетел. Когда он покинул аэродром на такое расстояние, с которого нашёл его, то снова попал в бурю. Наконец он вернулся на свою базу. Он доложил командованию обо всём случившемся, показал записи полёта, но командир ему не поверил. Четыре года спустя началась Вторая мировая война. Этого летчика отправили на тот заброшенный аэродром. Он увидел ту же самую картину, что и четыре года тому назад. Наши мастера цигун понимают, в чём тут дело. Этот летчик стал участником событий, которые должны были произойти четыре года спустя. Ему преждевременно продемонстрировали одну из сцен, когда она ещё не началась, а затем «представление» вернулось к правильному порядку.

1.5. Цигунтерапия и клиническое лечение

С теоретической точки зрения цигунтерапия и клиническое лечение – это абсолютно разные вещи. Западная медицина при лечении болезней применяет методы мирского общества, и при обследовании применяют разные методы анализа и рентгенодиагностики. Однако она лишь может выявить очаги болезней, находящиеся в нашем пространстве, но не может обнаружить информацию из другого пространства, не может видеть причины заболевания. Если болезнь лёгкая, то лекарство может уничтожить или выгнать болезнетворное начало (западная медицина называет его «вирусом», цигун называет его «кармой»). Когда болезнь тяжёлая, лекарство уже не поможет. Если увеличить дозу лекарства, то человек не выдержит. Некоторые болезни не ограничиваются пределами мирского закона. Бывают болезни довольно серьёзные, превышающие пределы мирского закона, поэтому в больнице их не могут вылечить.

Китайская медицина является нашей традиционной медициной и неотделима от совершенствования сверхъестественных способностей человеческого тела. В древние времена люди обращали большое внимание на самосовершенствование человеческого тела. В учении конфуцианства, в системе Дао и системе Будды, включая даже учеников конфуцианской школы, занимаются, сидя в позе созерцания. Это считается своего рода гунфу. Со временем, хотя они и не закачивали Гун, у них тоже могут появиться Гун и сверхспособности. Почему китайская акупунктура и прижигание могут с такой точностью определить цзинло (меридианы) в человеческом теле? Почему акупунктурные точки соединены друг с другом вертикальными линиями, а не горизонтальными? Почему эти линии не пересекаются? Почему всё так чётко описано? Современные экстрасенсы видят небесным оком то же, что описано в китайской медицине, потому что в древности известные врачи обычно обладали сверхъестественными способностями. В истории Китая такие медики, как Ли Шичжэнь, Сунь Сымяо, Бянь Цюэ, Хуа То, в действительности являлись великими мастерами цигун со сверхъестественными способностями. Китайская медицина в настоящее время утратила экстрасенсорную составляющую и сохранила лишь приёмы. Раньше китайские доктора обследовали больных глазами (используя сверхъестественные способности). Потом разработали метод диагностики по пульсу руки. Если в китайской медицине к приёмам лечения болезней добавить ещё сверхъестественные способности, то можно сказать, что даже через многие годы западная медицина не догонит нашу китайскую.

Цигунтерапия – это такой метод, который позволяет в корне устранить причину болезни. Я считаю, что болезнь является одним из видов кармы. Излечить болезнь – значит, помочь человеку устранить карму. Некоторые мастера цигун при лечении болезни занимаются устранением чёрного ци, устраняют ци и пополняют ци. Однако он устранил

чёрный ци лишь на очень низком уровне, но истинной причины появления чёрного ци он не знает. Когда чёрный ци вновь возникает, то человек опять заболевает. На самом деле болезни ему приносит не чёрный ци. Существование чёрного ци приносит ему лишь мучение. Коренная причина заболевания человека в том, что в другом пространстве находится живое существо с умственными способностями. Об этом не знают многие мастера цигун. Так как это живое существо очень свирепое, его обычно боятся и не могут трогать. Метод лечения болезни, применяемый в системе Фалуныгун, направлен именно на это живое существо, убирая коренную причину болезни, устанавливая на месте болезни «покрывало», чтобы болезни больше не проникли.

С помощью цигун можно лечить заболевания, но нельзя нарушать состояние человеческого общества. Если крупномасштабно использовать цигунтерапию, то это будет нарушать состояние человеческого общества. Это уже недопустимо, и результат будет плохим. Всем известно, что результаты лечения болезней у мастеров цигун были неплохие до тех пор, пока они не открыли клиники, больницы цигун и центры оздоровления цигун. Как только они начинают такую деятельность, эффект лечения сразу резко падает. Это значит, что нельзя использовать сверхъестественные методы, чтобы заменить функции в мирском обществе. Такое поведение снизит их эффект до уровня Закона общества обычных людей.

При просвечивании человеческого тела с помощью сверхъестественной способности можно обследовать его по профилям слой за слоем, можно видеть мягкие ткани и органы в любой части тела. Хотя при сканировании современным компьютерным томографом тоже можно чётко увидеть, но это же аппаратура, тратится много времени и пленки, причём это очень медленно и очень дорого. Это не так удобно и точно, как сверхспособности человека. Закрыв глаза, мастер цигун может прямо и чётко видеть любую часть тела больного. Разве это не соответствует высокому

уровню науки и техники? Это такой высокий уровень науки и техники, который выше, чем современные наивысшие наука и техника, но такой уровень уже был достигнут ещё в древнем Китае. Хуа То увидел опухоль в голове Цао Цао и хотел сделать ему операцию, но Цао Цао не согласился, думая, что он хочет его убить, и посадил Хуа То в тюрьму. В конце концов Цао Цао умер из-за этой опухоли. В истории многие известные китайские врачи имели сверхъестественные способности, но в современном обществе люди слишком гонятся за реальными вещами, забывая древние традиции.

Наше совершенствование в цигун на высшем уровне наставляет людей снова постигать традиционные вещи, в процессе практики наследовать и развивать их и снова использовать, чтобы принести пользу человеческому обществу.

1.6. Цигун системы Будды и буддизм

Как только упоминаем цигун системы Будды, то у многих возникает такая мысль, что цель системы Будды состоит в том, чтобы совершенствоваться в достижении сущности Будды, и они начинают связывать это с вещами буддистской религии. Здесь я серьёзно объясняю, что Фалуньгун является цигуном системы Будды, представляет собой ортодоксальный Великий Закон и не имеет никакого отношения к буддизму. Цигун системы Будды – это цигун системы Будды, а буддизм – это буддизм. Хотя цель самосовершенствования одна и та же, но пути разные, школы разные и требования тоже разные. Здесь я упомянул слово «Фо» (Будда) и в дальнейшем в проповеди Гун на высокие уровни буду неоднократно применять это слово. Слово Фо само по себе не несёт никакого суеверного характера. Слышать слово «Будда» для некоторых невыносимо, и они говорят, что ты пропагандируешь суеверие. Это не так. На самом деле слово «Будда» произошло от

санскритского слова, пришедшего из Индии. В переводе на китайский это звучит «Фото». И потом из этих двух иероглифов сократили «то», оставив «Фо», что в переводе на китайский означает «Просветлённый», то есть человек, достигший просветления путём самосовершенствования (см. китайский словарь «Цы Хай»).

1.6.1. Цигун системы Будды

Распространённый в настоящее время цигун системы Будды бывает двух типов. Один из них выделился из буддийской религии. В процессе его развития за многие тысячи лет появилось множество монахов высокого уровня. Когда они в своём самосовершенствовании достигали очень высокого уровня, появлялся Высший Учитель, передавая им некоторые вещи и наставляя их на ещё более высокий уровень. Раньше в буддийской религии такие истинные «вещи» передавались только единственному преемнику. А монах высокого уровня чаще всего передаёт их своему преемнику лишь перед своей смертью, чтобы преемник совершенствовался по теории буддизма, повышаясь в целом. Такие школы цигун, по-видимому, были тесно связаны с буддийской религией. Когда буддийских монахов стали изгонять из монастырей, как это случилось во время Культурной революции, эти методы самосовершенствования широко распространились среди народа.

Другой тип цигун тоже принадлежит системе Будды. Этот тип цигун никогда за все годы своего существования не относился к буддистской религии. Его последователи всегда спокойно практиковали среди людей или в глухих горах. Каждое течение в этих гунфа (метод практики) имеет свою особенность, и во всех должен быть выбран единственный достойный ученик, который действительно имеет великий Дэ и сможет когда-то усовершенствоваться на высокий уровень. А такой человек появляется на свет

один раз за много лет. Эти методы практики нельзя рассекречивать. Они требуют очень высокого Синьсин, и Гун у их последователей растёт очень быстро. Таких методов много. То же самое и в системе Дао, которой принадлежат разные школы: «Кунлунь», «Эмэй», «Удан» и другие. В каждой школе имеются различные направления. Методы совершенствования разных направлений далеко отстоят друг от друга. Нельзя практиковать, смешивая их.

1.6.2. Буддизм

Буддизм возник более 2000 лет тому назад и представляет собой полный комплекс «вещей» для самосовершенствования, который уразумел и утвердил Шакьямуни на основе существовавших тогда в Индии методов совершенствования. В общих чертах он определяется тремя словами: «Сийла, Самадхи, Мати». Сийла (воздержание) предназначена для Самадхи (созерцание). Хотя в буддизме не обращают внимания на закалку Гун, но на самом деле занимаются практикой. Когда практикующий сидит и входит в состояние Самадхи, то уже занимается практикой, потому что, когда человек оставляет все мысли и находится в спокойном состоянии, в его теле собирается энергия из Вселенной и играет роль закаливания. В буддизме Сийла означает отказ от всех мирских желаний и страстей, путём устранения всего, к чему обычный человек привязывается. Тем самым достигается состояние покоя и недеяния, и только тогда можно войти в состояние Самадхи. Практикующий в состоянии Самадхи, непрерывно повышая свой уровень, в конце концов достигает просветления и открытия мудрости, постигает Вселенную и видит её истину.

В ранний период распространения Закона каждый день Шакьямуни занимался только тремя делами: проповедовал Закон ученикам (главным образом, Закон Архата); затем просил подаяние [пищу], держа чашку; и сидел в

позе медитации, самосовершенствуясь. После нирваны Шакьямуни началась борьба между брахманизмом и буддизмом, и обе эти религии объединились в индуизм, поэтому сейчас в Индии уже не существует буддизма. В последующем процессе развития и эволюции появился Махаяна-буддизм. Распространившись в Китае, он стал нынешним буддизмом. В Махаяна-буддизме уже не верят в Шакьямуни как основателя, а верят во многих Будд: верят во многих Будд Жулай, Будду Амитаба, Будду Исцелителя и т. д. Заповедей стало больше, и цель совершенствования стала выше. В своё время Шакьямуни проповедовал среди отдельных учеников Закон Бодхисаттвы, который потом был систематизирован и преобразован в нынешний Махаяна-буддизм, по которому совершенствуются в Бодхисаттв. Сейчас в Юго-Восточной Азии ещё сохранились традиции Хинаяна-буддизма, применяющего в богослужении чудотворство. В процессе эволюции буддизма одно его ответвление из Индии проникло в Тибет, и его называют тибетским тантризмом, другое ответвление через провинцию Синьцзян попало в регион ханьцев, и его называют танским тантризмом (он исчез во время гонений на буддизм в период Хуэйчан); ещё одно ответвление осталось в Индии и стало йогой.

В буддизме не обращают внимания на практику и не занимаются цигун. Такое положение сохранялось с целью отстаивания в буддийской религии традиционного метода совершенствования. В этом и состоит главная причина процветания буддийской религии в течение двухтысячелетнего её распространения. Она не принимает чужих вещей, тем самым сохраняя свои традиции. Способы совершенствования в буддизме не совсем одинаковые: Хинаяна-буддизм обращает больше внимания на спасение и совершенствование самого себя; Махаяна-буддизм уже развился до того, чтобы спасти и себя и других. В нём занимаются спасением всех живых существ.

1.7. Ортодоксальные и еретические методы

1.7.1. Панмэнь цзодао

«Панмэнь цзодао» (Боковой вход и тупоумный путь) также называется методом самосовершенствования Цимэнь. Разные школы цигун существовали до появления религии. В народе распространялись многие гунфа, которые не имели отношения к религии. Большинству из них не удалось преобразоваться в совершенную и стройную систему самосовершенствования, и они не имеют целостной теории. А метод совершенствования Цимэнь обладает полной системой своеобразных мощных методов самосовершенствования, которые также передаются в народе. Такие методы обычно называют «Панмэнь цзодао». Почему их называют «Панмэнь цзодао»? В буквальном смысле «Панмэнь» – это боковой вход, «цзодао» – это тупоумный путь. Обычные люди считают, что все буддийские и даосские способы самосовершенствования являются ортодоксальными методами, а остальные методы совершенствования являются «Панмэнь цзодао» или еретическими методами. На самом деле это не так. Методы «Панмэнь цзодао» в течение ряда поколений передавались единственному преемнику и по ним совершенствовались тайно. Их нельзя показывать людям. Если бы эти методы распространились, то люди не могли бы их осмыслить. Практикующие по этим методам не относят себя ни к буддийской, ни к даосской школам. Их способ совершенствования имеет строгие требования к Синьсин. Они совершенствуются по свойству Вселенной, поощряют благотворительные дела, соблюдают свой Синьсин. Все великие мастера этих школ обладают необыкновенными способностями, и некоторые из их приёмов довольно мощные. Я встретил трёх таких высоких мастеров. Они передали мне то, чего не найти в буддийской и даосской школах. Эти вещи очень трудно приобрести в процессе самосовершенствования. Выработанный Гун очень свое-

образный. В отличие от этого по распространённым ныне так называемым буддийским и даосским школам не удастся достичь высокого уровня совершенствования из-за отсутствия строгого требования к Синьсин. Поэтому к оценке методов каждой школы гунфа надо подходить объективно.

1.7.2. Ушу-цигун

Ушу-цигун сформировался за длительный исторический период. Он обладает цельной теоретической системой и методом самосовершенствования и является самостоятельной системой. Но, строго говоря, ушу-цигун – это лишь проявление сверхъестественных способностей на самом низком уровне в рамках гунфа внутреннего совершенствования. Все сверхъестественные способности, которые возникают при совершенствовании в ушу, появляются и в школах внутреннего совершенствования. Самосовершенствование в ушу-цигун тоже начинается с упражнений ци. Например, чтобы разбить камень, сначала надо рукой делать круговые движения и направлять ци в нужное место. Со временем ци меняет свою сущность, преобразовавшись в клубок энергии, которая проявляется в форме света. Достигнув такой степени, Гун начинает играть свою роль. Гун является высшей материей с умственной способностью. Он поддается контролю мыслей в мозгу и находится в другом пространстве. Во время поединка не нужно специально перемещать ци, стоит только подумать – и Гун уже на месте. В процессе самосовершенствования Гун непрерывно усиливается, его частицы становятся более мелкими, энергия увеличивается. И тогда появляются такие гунфу, как «Ладонь железного песка», «Киноварная ладонь». В последние годы из фильмов, телепередач или журналов мы узнаём о таких способах защиты, как «Колпак – золотой колокол» и «Железная рубашка». Эти гунфу достигаются совместной практикой ушу и

внутреннего совершенствования. Занимаясь внутренним совершенствованием, необходимо обращать серьёзное внимание на Дэ и совершенствовать Синьсин. Теоретически это можно объяснить так: когда гунфу достигает определённого уровня, то выпущенный из тела Гун большой плотности формирует защитное покрывало вокруг тела. Самая принципиальная разница между ушу-цигун и нашим внутренним самосовершенствованием состоит в том, что ушу практикуют в процессе интенсивного движения, не входя в состояние созерцания, и ци движется под кожей в мышцах, не входя в дантянь. Поэтому в ушу-цигун не совершенствуют жизнь, у этого метода нет таких способностей.

1.7.3. Обратное самосовершенствование и взятие в долг Гун

Некоторые люди не занимались цигун, но вдруг однажды ночью они приобрели Гун, причём достаточно сильный. Они стали лечить больных. Люди их называют мастерами цигун. Эти мастера начали также учить других, хотя некоторые из них вообще не учились никакому гунфу или научились кое-каким приёмам, которые они переделали и стали учить других по-своему. Такие недостойны звания мастера цигун. У них нет ничего, что они могли бы передать другим. То, чему они учили других, не поможет людям совершенствоваться на высокие уровни, в лучшем случае можно излечить болезни и укрепить организм. А откуда взят такой Гун? Сначала поговорим об «Обратном самосовершенствовании». То, что мы называем «Обратным самосовершенствованием», подразумевает, что совершенствуется очень хороший человек, и он имеет очень высокий Синьсин; чаще всего это люди пожилого возраста, старше пятидесяти лет. У таких уже не хватило бы времени, чтобы совершенствоваться сначала. Причём очень трудно встретить хорошего Учителя, который бы наставлял их совершенствоваться и душой и жизнью. Но лишь только у них возникает желание

совершенствоваться, Высший Учитель даёт им большой объём энергии, соответствующий их Синьсин, чтобы они совершенствовались в обратном порядке – сверху вниз. Так будет намного быстрее. Особенно, когда они лечат больных или организуют занятия, Высший Учитель преобразует вещи в другом пространстве. Эта энергия передаётся Учителем, словно по трубе. А некоторые даже сами не знают, откуда у них появилась эта энергия. Это и есть «Обратное самосовершенствование».

Другая форма называется «Взятие в долг Гун». В этом случае нет никаких ограничений в возрасте. Человек кроме Чжу-иши (главное сознание) ещё имеет Фу-иши (субсознание). Чаще всего Фу-иши находится на более высоком уровне, чем Чжу-иши. У некоторых людей уровень Фу-иши очень высокий, и он может иметь контакт с Просветлёнными. Когда такой человек захочет самосовершенствоваться, Фу-иши тоже захочет повысить свой уровень и сразу обратится к Великим Просветлённым, чтобы взять в долг Гун. После этого как-то ночью у человека появляется Гун, и потом он уже может лечить болезни и устранять недомогания у больного. Обычно во время занятий он использует способ создания поля энергии, кроме того, он может индивидуально передать энергию другим и обучить кое-каким приёмам.

Чаще всего, вначале такой человек бывает очень неплохим. Но после появления Гун, когда человек становится очень известным, приобретает при этом славу и выгоду, то мысли о славе и выгоде начинают занимать в его мышлении значительное место, даже более важное, чем самосовершенствование. Тогда его Гун начинает падать и становится всё меньше и меньше, и в конце концов ничего не остаётся.

1.7.4. Космический язык

Некоторые люди неожиданно начинают говорить на каком-то языке и довольно бегло, но это не язык

человеческого общества. Как его называют? Его называют «космическим языком». Этот «космический язык» просто является одним из видов языка живых существ, которые находятся на не очень высоком уровне. Сейчас в Китае с практикующими цигун произошло немало таких случаев. Некоторые даже могут говорить на нескольких языках. Конечно, языки нашего человеческого общества тоже очень сложные, их насчитывается более тысячи разновидностей. Считается ли «космический язык» сверхъестественной способностью? По-моему, не считается. Он не является личной сверхспособностью и не является способностью, подаренной извне. Просто человек попал под контроль какого-то живого существа извне. Это живое существо находится на несколько более высоком уровне, по крайней мере, чуть выше уровня человечества. Оно там говорит, а человек, который говорит на «космическом языке», выступает лишь в роли мегафона. Большинство из этих людей сами не знают, что они говорят. И лишь человек, обладающий способностью телепатии, может приблизительно почувствовать, в чём смысл. Хотя это и не сверхспособность, но некоторые после того, как заговорят на этом языке, испытывают большую радость, считая себя необыкновенными, принимая это за сверхспособность. На самом деле те, у кого небесное око открыто на высоком уровне, непременно заметят, что за человеком, который говорит на «космическом языке», чуть выше его головы сидит живое существо, которое говорит, пользуясь устами человека.

Живое существо учит его «космическому языку» и одновременно передаёт ему часть Гун, но человек с этого момента попадает под контроль этого живого существа, поэтому это не является ортодоксальным методом. Несмотря на то, что оно находится в пространстве уровнем чуть выше, но оно не совершенствуется по ортодоксальному Закону, поэтому не знает, как обучить практикующего лечению болезней и укреплению здоровья. Поэтому оно

применяет такой метод как использование человека, чтобы испустить энергию посредством речи. Поскольку эта энергия рассеянная, то её сила очень слабая. Она может оказать влияние на некоторые незначительные болезни, но на тяжёлую болезнь она не действует. В буддизме говорят, что на Небесах нет страданий и противоречий и, следовательно, там невозможно совершенствоваться, нельзя закаливаться и повышать свой уровень. Поэтому чтобы чуть-чуть повисить свой уровень, оно придумало такой способ: помогать человеку лечить болезни и укреплять здоровье. Это и есть «космический язык». «Космический язык» – не сверхъестественная способность и не цигун.

1.7.5. Одержимость информацией нечистых духов

Одной из наиболее вредных разновидностей одержимости нечистым духом является одержимость низшим существом. Всё это привлекается занятиями по еретическим методам. Они серьёзно вредят человеку. Последствия одержимости человека нечистым духом очень страшны. Некоторые люди занимались немного, но всё время думали о лечении болезней, о богатстве, размышляли об этом. Сначала человек может быть неплохим, или у него есть учитель, наставляющий его. Однако всё привело к беде, когда он начал думать о лечении болезней, о богатстве. Он привлёк к себе нечистого духа. Этот нечистый дух находится не в нашем материальном пространстве, но он действительно существует.

Этот практикующий вдруг почувствовал, что у него открылось небесное око, и появился Гун. На самом деле, нечистый дух контролирует его мозг и отражает в его голове картины, которые видит сам. Человек чувствует, будто у него открылось небесное око, но в действительности это не так. Почему нечистый дух дарит ему Гун? Почему он помогает

человеку? Потому что в нашей Вселенной животным не разрешается завершать самосовершенствование. Животные не обращают внимания на Синьсин и не могут повышать себя, им не разрешается получать ортодоксальный Закон. Поэтому они хотят «прикрепиться» к человеческому телу, чтобы получить жизненную сущность человека. Во Вселенной существует принцип: не потеряешь – не приобретёшь. Нечистый дух удовлетворит твои требования славы и выгоды, чтобы ты стал богатым и известным. Но он даром тебе не поможет, он тоже хочет от тебя кое-что получить. Он хочет взять твою жизненную сущность. Когда он покинет тебя, у тебя уже ничего не останется. Ты станешь очень слабым и превратишься в человека-растение! Это вызвано плохим Синьсин человека. Одна справедливость одолеет все ереси. Когда твоё сердце праведно, ты не привлечёшь к себе ереси, то есть надо быть благородным практикующим и никогда не иметь плохих желаний, а лишь только совершенствоваться по ортодоксальному Закону.

1.7.6. Даже если путь совершенствования праведный, человек может практиковать по еретическому методу

Некоторые люди хотя и учились Гун по ортодоксальному Закону, но они не могли предъявлять к себе строгих требований, не обращали внимания на Синьсин и во время занятий думали о плохих вещах. Это означает, что они несознательно занимались по еретическому методу. Например, человек занимается в стоячей позе или сидит в позе созерцания, но думает о деньгах, о славе и выгоде; о том, что если у него появится сверхспособность, то он проучит того, кто плохо к нему относился; или думает о той или иной сверхъестественной способности и т. д. При этом он добавляет плохие вещи в свой Гун. На самом деле он уже занимается по еретическому методу. Это очень

опасно, и, возможно, человек привлечёт к себе что-то плохое, например, низших существ. Может быть, он уже привлёк их, но об этом ещё не знает. Нельзя учиться Дао со стремлением – у него слишком сильные привязанности, и его душа нечиста. Даже Учитель не сможет защитить его. Поэтому совершенствующийся обязательно должен строго держать свой Синьсин. Душа должна быть праведной, без стремлений. В противном случае, может возникнуть проблема.

Глава II. ФАЛУНЬГУН

Фалуньгун берёт свое начало от Великого Закона Фалунь системы Будды для совершенствования. Он является особым методом цигун системы Будды для самосовершенствования, но отличается своими особенностями от обычных методов самосовершенствования системы Будды. Данный метод особого усиленного совершенствования в прошлом был применим исключительно для практикующего с великой природной основой, имеющего крайне высокий Синьсин. С целью помочь большему числу практикующих повысить свой уровень и одновременно удовлетворить желания многих практикующих, которые имеют намерение самосовершенствоваться, наш метод был специально переработан в комплекс способов самосовершенствования, более подходящий для распространения. Даже учитывая это, он уже намного превысил учения и уровни обычных методов практики.

2.1. Назначение Фалунь

Фалунь в Фалуньгун имеет те же свойства, что и Вселенная. Он является воплощением Вселенной в миниатюре. Совершенствующиеся по Фалуньгун не только могут быстро усиливать сверхъестественные способности и силу Гун, но и могут в очень короткое время выработать Фалунь, который обладает сверхмощной силой. После своего формирования Фалунь существует как своего рода живое существо, которое обладает умственной способностью. Обычно Фалунь самостоятельно и непрерывно вращается в нижней части живота практикующего, постоянно собирает и преобразовывает энергию из Вселенной, превращая её в Гун в теле совершенствующегося и достигая эффекта «Закон совершенствует человека». Иначе говоря, хотя человек не всё время закаляет Гун, но Фалунь постоянно совершенствует человека. Вращаясь вовнутрь, Фалунь

спасает самого практикующего, укрепляет его здоровье; озаряет мудростью и защищает его от вмешательства людей с плохим Синьсин, гарантирует от каких-либо отклонений. Вращаясь вовне, Фалунь спасает других, может лечить больных, удалить нечисть и исправить все неправильные состояния. Фалунь непрерывно вращается в нижней части живота: девять кругов вовнутрь (по часовой стрелке) и девять кругов вовне (против часовой стрелки). Во время вращения по часовой стрелке он интенсивно поглощает в больших объёмах энергию из Вселенной. С ростом силы Гун увеличивается и сила вращения Фалунь. Такого эффекта невозможно достичь искусственным способом – «черпать ци руками и вливать энергию через макушку». Если Фалунь вращается против часовой стрелки, то он испускает энергию, спасает всех живых существ, исправляет неправильные состояния. Человек, который находится рядом с практикующим, получает пользу. Среди всех методов цигун, распространённых в Китае, Фалуньгун является единственным и первым методом, который может достичь состояния «Закон совершенствует человека».

Фалунь является самой ценной вещью, которую не обменять ни на какие драгоценности. Когда мой учитель передал мне Фалунь, он сказал: «Этот Фалунь никому нельзя передавать, даже человеку, который совершенствовался тысячу лет. Он тоже хотел бы получить его, но не может». Наш метод передаётся единственному преемнику только за чрезвычайно длительный период времени, и этим отличается от других методов, которые передаются одному преемнику лишь через несколько десятков лет. Поэтому Фалунь является крайне ценным. Сейчас, хотя мы уже преобразовали его, чтобы он не имел такого могущества, как раньше, но он всё равно является весьма драгоценным. Приобретение Фалунь для практикующего равносильно завершению половины пути его совершенствования. В оставшейся половине пути надо только повесить свой Синьсин, и в будущем

практикующего ждёт довольно высокий уровень. Конечно, кто не имеет предопределённости судьбы, тот в будущем сам перестанет практиковать, и Фалунь больше у него не будет существовать.

Фалуньгун является методом системы Будды, но содержание его далеко превысило сферу системы Будды – он совершенствует всю Вселенную. Раньше, совершенствуясь в системе Будды, говорили только о принципах системы Будды; совершенствуясь в системе Дао, говорили только о принципах Дао. Никто исчерпывающе не объяснял сущности Вселенной. Вселенная, как человек, кроме материального содержания ещё обладает природным свойством. В общих чертах такое свойство представляет собой три слова: «Чжэнь Шань Жэнь» («Истина-Доброта-Терпение»). В системе Дао в самосовершенствовании главное внимание обращают на уразумение «Чжэнь»: говорить правду, делать истинные дела, вернуться к истоку жизни, достичь истинного пробуждения и в конце концов добиться совершенства, стать человеком поистине прозревшим. В системе Будды люди делают упор на «Шань». Совершенствование в «Шань» вызывает глубочайшее милосердие, отсюда и возникает желание спасти всех живых существ. В нашей школе совершенствуются равным образом в «Чжэнь Шань Жэнь». Мы совершенствуемся непосредственно в соответствии с основным свойством Вселенной и в конце концов достигнем слияния со Вселенной.

Фалуньгун является методом самосовершенствования и души и тела. Когда сила Гун и Синьсин достигнут определённого уровня, практикующий сможет при жизни достичь состояния Просветления (открытия Гун) и обрести нетленное тело Ваджра. Фалуньгун в основном разделяется на самосовершенствование по «мирскому Закону» и самосовершенствование по «постмирскому Закону», имея много уровней. Надеюсь, что все, кто имеет намерение усердно заниматься самосовершенствованием, постоянно повышая свой Синьсин, достигнут Полного Совершенства.

2.2. Форма и структура Фалунь

Фалунь в Фалуньгун является живым существом, состоящим из высокоэнергетической материи. Он обладает умственными способностями и вращается. Фалунь вращается по закону движения всех небесных тел Вселенной. В определённом смысле, Фалунь является воплощением Вселенной в миниатюре.

В центре Фалунь находится знак системы Будды – свастика (по-китайски произносится «вань»). В санскрите (древнеиндийский язык) его называют «шриватса», что означает накопление счастья и удачи (см. в китайском словаре «Цы Хай»). Этот знак является ядром Фалунь. Его цвет близок к золотистому, цвет фона – ярко-красный. Цвет фона внешнего круга – оранжевый. Четыре знака Тайцзи и четыре Фалуни системы Будды размещены друг за другом в восьми местах. Тайцзи красного и чёрного цветов представляют собой знаки системы Дао, а Тайцзи красного и синего цветов принадлежат школе Изначального Великого Дао. Четыре маленьких Фалуни тоже золотистые. Цвет фона Фалунь может периодически изменяться: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый. Цвета очень красивые (смотрите вкладку в начале книги). Цвета центральной свастики 卐 и Тайцзи не меняются. Большой и маленькие Фалуни и свастика 卐 – вращаются самостоятельно. Корень Фалунь находится во Вселенной. Вселенная вращается, разные галактики вращаются, и поэтому Фалунь тоже вращается. Те, у кого небесное око открыто на низком уровне, могут видеть Фалунь, который вращается как вентилятор. Те, у кого небесное око открыто на высоком уровне, могут видеть полную картину Фалунь – это очень красивое и яркое зрелище, увидев которое практикующий может более усердно совершенствоваться и энергично двигаться вперёд.

2.3. Особенности самосовершенствования по Фалуньгун

2.3.1. Закон совершенствует человека

Человек, который совершенствуется по Фалуньгун, не только может быстро усиливать силу Гун и сверхъестественные способности, но и может выработать Фалунь. Фалунь может создаться в очень короткое время, и сразу после своего формирования его мощь станет очень большой. Он может защищать практикующего от вмешательства людей с плохим Синьсин, гарантировать, что не будет никаких отклонений. Принципы этого метода полностью отличаются от традиционных методов самосовершенствования. После своего формирования Фалунь начинает непрерывно вращаться. Он существует как живое существо, обладающее умственными способностями. Он постоянно накапливает энергию в нижней части живота практикующего. Фалунь автоматически собирает энергию из Вселенной посредством своего вращения. Фалунь непрерывно вращается, и тем самым достигается состояние «Закон совершенствует человека», то есть хотя человек не всё время занимается практикой, Фалунь совершенствует его постоянно. Всем известно, что людям днём нужно работать, а вечером надо отдыхать, поэтому время для практики очень ограничено. Чтобы круглосуточно закаляться, далеко недостаточно постоянно вспоминать о практике или предпринимать какие-нибудь другие меры. Так что, всё равно трудно по-настоящему достичь цели круглосуточного закаливания. А Фалунь постоянно вращается и поглощает из космоса большое количество ци (первоначальная форма существования энергии), постоянно накапливает и преобразовывает ци в каждой своей части, превращая его в высшую материю, которая в конце концов в теле практикующего превращается в Гун. Это и есть «Закон совершенствует человека». Совершенствование по Фалуньгун в корне отличается от

учения всех других школ или методов совершенствования цигун, которые вырабатывают дань.

Самой яркой характерной чертой самосовершенствования по Фалуньгун является совершенствование Фалунь. Совершенствование не идёт по каналу формирования дань. Все методы практики, которые распространяются в настоящее время, независимо от системы или школы, – такие как разные школы буддизма и даосизма, системы Будды, системы Дао, народные методы или способы самосовершенствования многих школ «бокового входа», – идут по каналу формирования дань, поэтому их называют методами цигун, которые вырабатывают дань. Все буддистские монахи и монахини и даосы самосовершенствуются по пути формирования дань. После кремации тела монаха обнаруживается сарира. Ныне научные приборы не могут определить состав этого вещества. Оно очень твердое и красивое. На самом деле, это и есть та высокоэнергетическая материя, которая собрана из другого пространства, это не материя нашего пространства. Это и есть дань. Практикующему по даньдао-цигун очень трудно добиться просветления при жизни. Раньше многие практикующие по пути формирования дань поднимали дань, но когда дань попадал во дворец нивань, они не могли вытащить его и умирали от удушья. Некоторые хотели искусственно взорвать его, но у них не было способа, чтобы это сделать. Бывали и такие случаи, когда дед, не закончив самосовершенствования, умирая, выплевывал дань отцу. Отец тоже не закончил самосовершенствования и в час смерти выплюнул дань сыну. Но этот последний до сих пор так ничего и не достиг – вот насколько труден такой путь. Конечно, многие методы практики тоже очень хорошие. Было бы неплохо, если бы ты получил истинное учение, но вряд ли тебе передадут такую священную вещь.

2.3.2. Совершенствование Чжу-иши

У каждого человека есть один Чжу-иши (Главное сознание). Что хочешь делать, о чём думаешь – всё зависит от него. Кроме Чжу-иши у человека ещё есть один или несколько Фу-иши (Субсознание), а также ещё и информация от предков. Фу-иши и Чжу-иши носят одно и то же имя. Обычно у Фу-иши способностей больше и уровень выше, чем у Чжу-иши. Он не заблуждается в мирском обществе, может видеть своё определённое пространство. Многие методы практики идут по пути совершенствования Фу-иши, а физическое тело и Чжу-иши практикующего играют лишь роль носителя. Об этом практикующие обычно не знают, но бывают очень самодовольными. Человек живёт в обществе, и ему слишком трудно отбросить реальные вещи, особенно те, к которым он привязан. Поэтому во многих методах совершенствования подчеркивается: практика должна проходить в состоянии созерцания, необходимо в полной мере войти в созерцание. Когда практикующий эволюционирует в состоянии созерцания, на самом деле эволюционирует и повышает свой уровень его Фу-иши, но только в обществе другого пространства. Когда его Фу-иши закончил своё самосовершенствование и пошёл вверх, он уносит с собой весь Гун этого человека, а Чжу-иши и собственное тело остались ни с чем. И самосовершенствование, которым он занимался всю жизнь, пропало даром. Очень жаль. Некоторые известные мастера цигун, хотя и обладают всякими сильными сверхспособностями и пользуются большой известностью, но Гун в их теле вообще не растёт, и они ещё не знают об этом.

Наш Фалуньгун непосредственно совершенствует Чжу-иши и требует, чтобы Гун по-настоящему рос в твоём теле. Конечно, Фу-иши тоже приобретёт свою долю, но он повышается вслед за тобой, находясь в подчинённом положении. Наш метод практики предъявляет жёсткие

требования к Синьсин, чтобы ты в мирском обществе в самых сложных условиях совершенствовал Синьсин, повышаясь, словно выросший из грязи лотос, поэтому тебе разрешается достичь Полного Совершенства. Именно в этом и ценность Фалуньгун, что ты сам приобретаешь Гун. Но в этом и самая большая трудность, что ты идёшь по пути, по которому самосовершенствование проходит в самых сложных условиях.

Поскольку целью практики является совершенствование Чжу-иши, поэтому мы должны управлять своей практикой, опираясь на Чжу-иши. Чжу-иши решает всё, и нельзя отдавать всё Фу-иши. Иначе, когда Фу-иши усовершенствуется до высокого уровня, то он унесёт с собой Гун, а собственное тело и Чжу-иши человека останутся ни с чем. Если хочешь совершенствоваться на высшие уровни, тебе нельзя вести себя так, что твой Чжу-иши ничего не знает, как будто уснул; не знает и того, какой Гун ты практикуешь. Ты непременно должен быть трезвым и знать, что ты тут практикуешь, что ты совершенствуешься вверх и повышаешь Синьсин. Лишь тогда ты сможешь приобрести право на решающее слово и сможешь приобрести Гун. Иногда ты находишься в состоянии рассеянности, завершил какое-то дело, но сам даже не знаешь, как это было сделано. На самом деле это сделал Фу-иши. Это он управлял. Если во время сидения в позе созерцания ты увидел на противоположной стороне, что сидит ещё один ты, это и есть твой Фу-иши. Если ты сидишь в позе созерцания лицом к северу, но вдруг замечаешь, что уже находишься на северной стороне, и удивишься, подумав: «Как это я вышел из своего тела?», – значит, это вышел настоящий ты. Тот, кто сидит там, – это твоё физическое тело и Фу-иши. Это можно различить.

Занимаясь по Фалуньгун, нельзя полностью перестать осознавать себя. Поступать так не соответствует Фалунь Сюлянь Дафа. Во время занятий мозг обязательно должен сохранять трезвое состояние. Практика не приведёт к

отклонению, если во время занятия твой Чжу-иши будет сильным, причём обычные вещи не смогут причинить тебе вреда. Если Чжу-иши очень слабый, тогда что-то может войти в твоё тело.

2.3.3. Во время практики не нужно обращать внимания на время занятий и ориентацию

Многие методы практики серьёзно относятся к тому, в каком направлении и в котором часу лучше заниматься. А мы на всё это не обращаем внимания. Самосовершенствование по Фалуныгун ведётся в соответствии со свойством Вселенной, с принципами эволюции Вселенной, поэтому не обращаем внимания на ориентацию и время занятий. Когда мы практикуем, это равнозначно тому, что мы сидим на Фалунь, который всё время вращается, мы обращены ко всем сторонам и направлениям. Фалунь синхронно движется вместе с Вселенной. Вселенная движется, галактика движется, девять планет вращаются вокруг Солнца, земной шар вращается ещё вокруг своей оси. Где тут восток, юг, запад и север? То, что мы называем востоком, югом, западом и севером, определяют люди, находясь на земном шаре. Поэтому во время практики в каком бы направлении ты ни стоял, ты всё равно обращён лицом ко всем направлениям.

Некоторые говорят, что лучше заниматься во время цзыши (от 23 до 1 часа ночи) и уши (от 11 до 13 часов) или в какое-то другое время. Мы на это тоже не обращаем внимания, потому что когда ты не занимаешься, Фалунь совершенствует тебя. Фалунь всё время помогает тебе совершенствоваться, Закон совершенствует человека. В даньдао-цигун человек закаляет дань, а в Фалуныгун – «Закон совершенствует человека». Если у тебя больше времени, тогда занимайся больше, если времени мало, то занимайся меньше. Это очень удобно.

2.4. Совершенствование и души и тела

Фалуньгун совершенствует и душу и тело человека. Практика Гун преобразует Бэнтъи (собственное тело) практикующего, которое он не покидает. Чжу-иши соединится с плотью воедино, достигнув тем самым Полного Совершенства в целом.

2.4.1. Изменение Бэнтъи

Человеческое тело состоит из мышц, крови и скелета, имеющих различные молекулярные структуры и компоненты. Практика Гун превращает молекулярные компоненты человеческого тела в высокоэнергетическую материю. Тогда человеческое тело вследствие коренных изменений уже будет образовано не из прежних материальных компонентов. Однако практикующий самосовершенствуется среди обычных людей, живёт среди людей, и нельзя нарушать состояние человеческого общества. Поэтому преобразование собственного тела человека не затрагивает прежнюю структуру молекул и порядок их расположения, изменяется лишь прежний состав молекул. В теле человека мышцы остались мягкими, кости – твёрдыми, кровь – жидкой. Если порезаться ножом, то всё равно потечёт кровь. По древнему китайскому учению У-син (пять стихий) все вещи, в том числе и человеческое тело, состоят из металла, дерева, воды, огня, земли. Когда у практикующего изменилось Бэнтъи, то есть высокоэнергетическая материя заменила прежние компоненты молекул, тогда человеческое тело уже не состоит из прежней материи. Именно в этом и смысл выражения «Выход за пределы пяти стихий».

Самая главная особенность метода совершенствования и души и тела выражается в продлении жизни и замедлении старения человека. Наш Фалуньгун отличается именно такой очевидной особенностью. Фалуньгун идёт по такому

пути: в корне изменить молекулярный состав человеческого тела, сохранить собранную высокоэнергетическую материю в каждой клетке и в конце концов заменить состав клетки высокоэнергетической материей. В этом случае прекратится метаболизм – человек выйдет за пределы пяти стихий. Его тело будет состоять из материи других пространств, оно больше уже не подчиняется Закону времени нашего пространства. У такого человека будет вечная молодость.

В разные времена были монахи-долгожители, находящиеся на высших уровнях. Ныне существуют люди, имеющие возраст несколько сотен лет. Если он идёт по улице, ты его не распознаешь. Он выглядит очень молодым и одевается, как обычный человек. Поэтому ты его не распознаешь. Продолжительность жизни человека не должна быть такой короткой, как сейчас. Согласно современной науке, человек может жить более двухсот лет. По историческим записям в Англии был человек по имени Феймкат. Он прожил 207 лет. В Японии был человек по имени Митсу Тайра, который прожил 242 года. В Китае в эпоху династии Тан был монах по имени Хуэй Чжао, который прожил 290 лет. По историческим записям в справочнике уезда Юнтай провинции Фуцзянь, человек по имени Чэнь Цзюнь родился в династии Тан, в первый год царствования Чжунхэ императора Сицзун (881 г. н. э.), и умер в 1324 году, в годы царствования Тайдин династии Юань, прожив 443 года. Всё это можно проверить по документам. Это не сказка. У учеников нашего Фалуьнгун после некоторого времени практики на лице явно становится меньше морщин, появляется румянец и лёгкость во всём теле. Они вообще не чувствуют усталости при ходьбе или в работе. Такое явление всеобщее. Сам я совершенствовался несколько десятков лет. По этой причине многие говорят, что моё лицо за двадцать лет почти не изменилось. В нашем Фалуьнгун есть мощные вещи для совершенствования жизни человека. Внешность

практикующих по Фалуныгун резко отличается от внешности обычных людей. Их внешность не соответствует реальному возрасту. Поэтому главной особенностью метода практики для совершенствования и души и тела является то, что он может замедлить жизненные процессы человека, замедлить старение и продлить жизнь человека.

2.4.2. Небесный круг Фалунь

Наше человеческое тело представляет собой маленькую Вселенную. Энергия человеческого тела циркулирует вокруг тела, и это называется «циркуляцией малой Вселенной» или «циркуляцией Небесного круга». Соединение канала жэньмай (переднесрединного канала) и канала думай (заднесрединного канала) при классификации уровней относится к поверхностному Небесному кругу, который не играет роли в совершенствовании тела. Настоящий Малый Небесный круг идёт от «дворца нивань» до поля дань, циркулируя внутри тела. Внутренняя циркуляция идёт изнутри тела наружу и, охватывая всё тело, пробивает все каналы. Наш Фалуныгун требует, чтобы одновременно были пробиты все каналы с самого начала.

Большой Небесный круг – это циркуляция по «дополнительным восьми каналам», и он обходит всё тело. Пробивка Большого Небесного круга приведёт к такому состоянию, при котором практикующий может взлететь вверх. Именно о «взлёте среди бела дня» написано в книге «Даньцин». Но обычно запирают какую-то часть твоего тела, чтобы ты не мог взлететь вверх. Но это всё же приводит тебя в такое состояние, когда при ходьбе чувствуешь легкость, а при подъёме в гору – словно тебя толкают сзади. После пробивки Большого Небесного круга ещё может появиться такая сверхспособность: ци в разных частях внутренних органов тела могут меняться местами: ци сердца перейдёт в желудок, ци желудка перейдёт в кишки... По мере усиления силы Гун можно

выпустить такую способность из тела наружу – это и есть сверхспособность перемещения материального предмета. Такой Небесный круг также называется Небесным кругом Цзы-у или Небесным кругом Цянь-кунь. Его вращение не может достичь цели эволюции тела, и требуется ещё существование другого вида небесного круга, ему соответствующего. Этот другой небесный круг называется «Небесным кругом Мао Ю». Он циркулирует следующим образом: движение этого круга начинается с биологически активной точки байхуэй (или хуэйинь), идёт по границе сторон инь и ян, то есть проходит по боковой линии тела.

Вращение Небесного круга в Фалуньгун имеет намного больший масштаб, чем вращение по «дополнительным восьми каналам», которое имеется в обычных методах практики. Фалуньгун требует, чтобы все расположенные вдоль и поперёк всего тела энергетические каналы вращались одновременно; требует, чтобы в самом начале все каналы сразу были пробиты и начали действовать совместно. Такие вещи, присущие нашему Фалуньгун, не нужно специально вырабатывать и не нужно вести мыслью. Если бы ты так делал, то отклонился бы от правильного пути. На курсах я поставил вне твоего тела цици (механизм ци), который вращается автоматически. Цици является вещью, присущей лишь практике на высоком уровне. Он является составной частью нашей автоматической практики Гун. Он так же, как и Фалунь, непрерывно вращается, управляя вращением каналов ци в теле. Даже если ты никогда не занимался Небесным кругом, и то энергетические каналы уже движутся одновременно в глубине тела, внутри и вне его. Мы занимаемся упражнениями для того, чтобы усилить цици вне тела.

2.4.3. Пробивание каналов

Цель пробивания каналов состоит в том, чтобы энергия циркулировала, изменяя молекулярный состав клеток

и превращая их в высокоэнергетическую материю. У человека, который не практикует, каналы закупорены и даже очень узкие, а у практикующего каналы постепенно становятся всё светлее. Места затора будут пробиты. Те, кто хорошо практикует, могут расширить свои каналы, а у практикующих на высоком уровне каналы станут ещё шире. У некоторых людей каналы широкие – шириной с палец. Однако пробивание каналов само по себе не определяет уровня самосовершенствования и высоты его Гун. Посредством практики можно сделать каналы светлее и шире настолько, что они в конце концов соединятся в одно целое. В это время у человека уже не будет ни каналов, ни точек. Иначе говоря, по всему телу везде будут каналы и биологически активные точки. Но даже и это ещё не означает, что человек уже достиг просветления. Пробитые каналы представляют собой лишь своего рода воплощение одного уровня в процессе совершенствования по Фалуныгун. Когда он достиг такого уровня, то уже дошёл до конца самосовершенствования по мирскому Закону. Одновременно с этим произойдёт довольно заметное явление в его внешности: «сбор трёх цветков над макушкой». Тогда Гун уже довольно богат и приобрёл разные формы; столб Гун также стал очень высоким. И над головой появились три цветка: один из них похож на лотос, другой – на хризантему. Три цветка вращаются вокруг своей оси и одновременно поочерёдно вращаются по кругу. Над каждым цветком стоит столб, который направлен прямо в Небо – очень высокий. Эти три столба вместе с цветками тоже вращаются поочерёдно по кругу и одновременно вокруг своих осей. Тогда человек сам может почувствовать, что его голова стала тяжёлой. В это самое время он лишь сделал последний шаг в самосовершенствовании по мирскому Закону.

2.5. Мысль

При самосовершенствовании по Фалуньгун не нужно использовать мысли. Мысли сами по себе ничего не могут делать, но они могут отдавать приказы. На самом деле свою функцию выполняют сверхспособности, которые обладают мыслительной способностью разумного существа, и принимают информации-команды от мозга. Но многие люди, особенно в кругах цигун, имеют на этот счёт разные мнения. Одни считают, что мысль может совершать очень многие дела. Некоторые говорят, что мысль может открыть сверхспособности, может открыть небесное око; мысль может лечить болезни, может переместить материальные предметы и так далее – всё это ошибочное представление. На низком уровне мысль обычных людей управляет их конечностями и органами чувств. На высоком уровне мысль совершенствующегося качественно повышается и может управлять сверхспособностями, совершая какие-нибудь дела, то есть сверхспособности управляются мыслью. Это наше мнение относительно мысли. Иногда наблюдают, как мастер цигун лечит больного. Он ещё не пошевелил рукой, а больной уже говорит, что болезнь исчезла. Тогда люди думают, что это мысль излечила болезнь. А на самом деле это он испустил некую сверхспособность и, управляя ею, вылечил больного или совершил какие-то дела. Так как сверхспособности действуют в другом пространстве, чего обычный человек не видит, поэтому он думает, что это сделали мысли. Некоторые думают, что можно использовать мысль для излечения болезни, в результате чего приводят людей в заблуждение. Такие взгляды обязательно надо исправить.

Мышление человека является своего рода информацией и энергией, является одной из форм материального существования. Когда человек о чём-то думает, мыслит, в его мозгу возникает какая-то вибрация. Иногда произнесение заклинания очень эффективно. А почему? Потому, что

у Вселенной тоже есть своя частота колебаний. Когда частота твоего заклинания и частота Вселенной вошли в резонанс, то появляется эффект. Конечно, только безвредная информация может принести результат, потому что во Вселенной не разрешается существование еретических вещей. Мысль является также одной из форм мышления. Тело Закона мастеров цигун высокого уровня контролируется и управляется именно их собственным мышлением. Тело Закона также имеет своё собственное мышление, собственную способность самостоятельного решения проблемы и совершения действия. Тело Закона является совершенно самостоятельной индивидуальной сущностью. Одновременно Тело Закона знает мысли главного тела мастера цигун и поступает в соответствии с его мышлением. Например, мастер цигун хочет вылечить кого-то, и Тело Закона пойдёт это делать. Оно не будет что-либо делать, если у мастера нет такой мысли. Когда оно видит очень хорошие дела, оно может сделать их по собственной инициативе. Иногда некоторые большие мастера ещё не достигли степени просветления, некоторых дел ещё не знают, а их Тела Закона уже знают.

Мысль ещё имеет другое содержание – вдохновение. Вдохновение возникает не от Чжу-иши человека. Знания Чжу-иши очень ограничены. Если хочется создать то, чего ещё нет в обществе, то нельзя опираться только на Чжу-иши. Вдохновение идёт от Фу-иши. Некоторые люди, занимаясь творчеством или научными исследованиями, ломают голову, но ничего у них не получается. Тогда они решают пока оставить работу и отдохнуть, погулять на улице. Но вдруг к ним пришло вдохновение, и они сразу бегло записывают то, что приходит в голову, и в результате что-то создаётся. Это потому, что когда Чжу-иши очень сильно управляет мозгом, идея в голове находится в сдержанном состоянии и не может вырваться. Только когда Чжу-иши ослабел, тогда начинает действовать Фу-иши – он овладевает мозгом. Фу-иши принадлежит другому

пространству, не ограничен нашим пространством, поэтому может создавать новые вещи. Но Фу-иши не позволено создавать помехи мирскому обществу, превышая его состояние, нельзя нарушать ход развития общества.

Вдохновение возникает из двух источников: во-первых, вдохновение даёт Фу-иши, он не заблуждается в человеческом мире, и у него может возникнуть вдохновение; во-вторых, оно возникает по приказу или указанию высшего существа, которое находится на высоком уровне. Благодаря этому расширяется ход твоих мыслей, и ты уже сможешь положить начало новому. Развитие всего общества и Вселенной идёт по определённым закономерностям, и всё неслучайно.

2.6. Уровни самосовершенствования по Фалуньгун

2.6.1. Самосовершенствование на высшие уровни

Самосовершенствование по Фалуньгун ведётся на очень высоком уровне, поэтому Гун возникает очень быстро. Великий Дао всегда прост и доступен. В общем, в Фалуньгун телодвижений немного, но они контролируют разные стороны тела и много вещей, которые будут формироваться в теле. Если только Синьсин будет расти так, как требуется, Гун поднимется очень быстро; не надо специально тратить много сил, использовать какой-то способ, ставить «треножник» и «печь», собирать лекарственные средства для изготовления дань, «добавить туда столько-то огня, столько-то собрать лекарств». Очень сложно всё осуществлять посредством мыслей, что очень легко приводит к отклонению. Мы здесь представили всем самую удобную школу самосовершенствования, наилучшую школу, но и самую трудную. В других методах практики требуется несколько десятков лет или ещё больше, чтобы тело практикующего достигло состояния «молочно-

белого тела», но мы сразу доведём тебя до такого состояния. Ты ещё не успел почувствовать, как этот уровень уже прошёл. Может быть, это прошло только за несколько часов. В какой-то день ты станешь очень чувствительным, а через некоторое время опять будешь нечувствительным. На самом деле у тебя уже пройден один большой уровень.

2.6.2. Формы проявления Гун

Тело ученика Фалуньгун после регулирования уже достигает состояния, которое соответствует совершенствованию по Дафа. Это и есть состояние «молочно-белого тела». Лишь тогда, когда тело отрегулировано до такого состояния, может появиться Гун. Человек, у которого уровень небесного ока высокий, может видеть, что Гун появляется на поверхности практикующего, потом проникает в тело; затем снова возвращается на поверхность и снова проникает внутрь. Так повторяется многократно, поднимаясь уровень за уровнем, иногда очень быстро. Это является первичным Гун. После появления первичного Гун тело практикующего уже стало необычным. После достижения состояния «молочно-белого тела» человек больше не будет болеть. То, что потом появляется где-то боль, или в какой-то части тела неприятное ощущение, напоминающее болезнь, – уже не болезнь. Это действует карма. Когда появляется вторичный Гун, те разумные существа уже стали очень большими. Они умеют двигаться, говорить. Иногда они появляются в небольшом количестве, а иногда – в очень большом. Они ещё могут разговаривать между собой. В этих разумных существах сохранено большое количество энергии, предназначенной для изменения Бэнтэи человека.

Когда самосовершенствование по Фалуньгун достигает очень высокой степени, иногда везде по всему телу появляются Инхай (малютки). Это шалунишки, падкие до игры и очень добрые. В практике ещё может появиться тело другого вида – Юаньин («бессмертный младенец»).

Он сидит на цветке лотоса, очень красивый. «Бессмертный младенец» создан в результате соединения инь и ян человеческого тела. Он может появиться у практикующих и мужчин и женщин. Вначале «бессмертный младенец» очень маленький, постепенно он растёт и в конце концов становится ростом с практикующего и, находясь в его теле, выглядит как практикующий. Человек, обладающий сверхспособностью, смотрит на практикующего и говорит, что у него два тела. А на самом деле, это значит, что он уже усовершенствовал своё истинное тело. Кроме того, в результате практики у него ещё может выработаться много Тел Закона. В общем, все сверхспособности, которые существуют во Вселенной, существуют и в Фалуньгун. Все сверхспособности, которые могут появляться в других методах практики, также есть и в Фалуньгун.

2.6.3. Самосовершенствование по постмирскому Закону

В результате практики Гун совершенствующиеся расширяют свои каналы, непрерывно расширяют их, чтобы все каналы соединились в одно целое, то есть достигают состояния, при котором нет ни каналов, ни биологически активных точек. Иными словами, по всему телу везде находятся каналы и биологически активные точки. Но это ещё не значит, что ты уже достиг просветления. Это просто одно из воплощений в процессе самосовершенствования по Фалуньгун, одно из проявлений уровня. Когда ты достиг такой степени, то уже дошёл до конца самосовершенствования по мирскому Закону. Гун, появившийся у тебя, уже очень мощный. Он имеет свою форму. Столб Гун также стал очень высоким, и над головой появились три цветка. В это время ты просто сделал последний шаг в самосовершенствовании по мирскому Закону.

Когда ещё сделаешь шаг вперёд, то уже ничего не остаётся: весь Гун будет сброшен в самые глубокие

пространства внутри твоего тела. Практикующий войдёт в состояние «прозрачно-чистого тела». Тело этого человека станет прозрачным. Ещё шаг вперёд, и человек входит в самосовершенствование по постмирскому Закону, которое также называется самосовершенствованием тела Будды. Гун, который появится, уже относится к «чудотворству». В это время его мощь неограниченна, очень велика. Когда человек достигнет ещё более высокого уровня, то он станет Великим Просветлённым. В этом случае надо смотреть, как ты будешь совершенствовать Синьсин. Какого уровня ты достигнешь в самосовершенствовании, таков и будет уровень твоего статуса достижения уровня Будды. Человек с великим устремлением приобретёт ортодоксальный Закон, достигнет Истинного Плода. Это и есть Полное Совершенство.

Глава III. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИНЬСИН

Практикующий по Фалуньгун должен поставить совершенствование Синьсин на первое место, твёрдо верить, что Синьсин является ключом к достижению возрастания Гун. Это является принципом самосовершенствования на высшем уровне. Строго говоря, сила Гун, которая определяет уровень, возрастает не посредством практики, а путём совершенствования Синьсин. Легко говорить о повышении Синьсин, а на деле это очень и очень трудно. Самосовершенствующимся необходимо приложить чрезвычайно большие усилия, повышать способность уразумения, а также необходимо претерпеть страдание из страданий, вытерпеть невыносимое и так далее. Почему некоторые много лет практикуют, а их Гун не возрастает? Коренная причина в следующем: во-первых, они не обращают внимания на Синьсин; во-вторых, они не приобрели ортодоксального Закона высокого уровня. Этот вопрос необходимо раскрыть. Очень многие мастера, обучая Гун, обращают внимание на Синьсин. Это настоящее обучение Гун. А те, которые обучают только телодвижениям и приёмам и не обращают внимания на Синьсин, практически обучают еретическому методу. Поэтому практикующим необходимо приложить максимум усилий для повышения Синьсин, и только так они смогут войти в самосовершенствование на более высоком уровне.

3.1. Содержание Синьсин

Синьсин, о котором говорится в Фалуньгун, не ограничивается содержанием Дэ. Содержание Синьсин гораздо шире, чем Дэ. Он включает в себя разные аспекты, в том числе и Дэ. Дэ человека является только одним из проявлений Синьсин, поэтому для понимания содержания Синьсин часто недостаточно одного лишь Дэ. Синьсин человека включает и такой двухсторонний

вопрос, как «приобретение» и «отказ». «Приобретение» – это достижение ассимиляции со свойством Вселенной. Природное свойство Вселенной состоит из «Чжэнь Шань Жэнь» («Истина-Доброта-Терпение»). Ассимиляция практикующего со свойством Вселенной проявляется в том, какое у него Дэ. «Отказ» означает отречение от таких нехороших мыслей и поступков, как жадность, стремление к богатству, удовлетворение страсти и желаний, убийство, драка, кража, грабёж, коварство, зависть и так далее. Если совершенствоваться на высшие уровни, ещё надо отказаться от врождённой привязанности к желаниям, то есть надо отказаться от всех пристрастий. Нужно весьма равнодушно относиться к личной славе и выгоде.

В целом, человек состоит из плоти и характера. Так же обстоит дело и со Вселенной. Кроме материи, у неё одновременно существует ещё и свойство «Чжэнь Шань Жэнь», которое имеется в каждой частице воздуха. Когда такое свойство проявляется в мирском обществе, то оно выражается в поощрении за совершение хороших дел и в наказании за совершение плохих. На высшем уровне это проявляется как сверхспособности. Тот, кто живёт согласно свойству Вселенной, является хорошим человеком; тот, кто отклоняется от него, является плохим человеком; тот, кто соответствует ему и ассимилируется с ним, является Просветлённым. Для ассимиляции со свойством Вселенной практикующие непременно должны иметь очень высокий Синьсин. Только так они смогут совершенствоваться на высшие уровни.

Быть хорошим человеком легче, а совершенствоваться Синьсин уже не так легко. Совершенствующийся должен быть в душе подготовленным к этому. Прежде чем исправить душу человека, нужно иметь искреннее желание. Люди живут в мире, в котором общество очень сложное. Ты хочешь совершить добро, но есть люди, которые не позволяют тебе это сделать. Ты не вредишь другим, но по разным причинам люди тебе вредят. Здесь некоторые

ситуации возникают по неестественным причинам, но сможешь ли ты уразуметь почему? Что ты должен делать? Все правды и неправды в мире всё время проверяют твой Синьсин. В таком случае, сможешь ли ты в любое время держать себя в соответствии со строгими требованиями к Синьсин, когда стоишь перед беспричинным оскорблением, ущемлением твоих личных интересов, перед соблазнами денег и женской красоты, в борьбе за власть; в зависти, преисполненной интриг; в разных общественных трениях, в семейных противоречиях, в видимых и невидимых горестях? Конечно, если ты во всём можешь так поступать, ты уже являешься просветлённым. Большинство практикующих всё-таки начинает с уровня обычных людей, поэтому в совершенствовании Синьсин также повышается постепенно. Те, кто посвящает себя самосовершенствованию, должны иметь решимость претерпеть большие страдания и испытать большие трудности, и тогда в конце концов смогут приобрести Истинный Плод. Желаю, чтобы все практикующие строго сохраняли Синьсин и как можно раньше повысили силу Гун!

3.2. Потеря и приобретение

И в кругах цигун, и в религиозных кругах рассуждают о потере и приобретении. Некоторые считают, что потеря означает дать милостыню, совершить какие-то добрые дела, оказать помощь тому, кому трудно, а приобретение означает получение Гун. Монахи в храмах тоже говорят, что надо подавать милостыню. Однако это слишком узкое понятие о потере. Потеря, о которой мы говорим, имеет широкое значение. Она представляет собой обширную вещь. То, что мы требуем потерять, это сердце обычного человека, то сердце, к которому привязан человек. Если бы ты смог потерять то, что считаешь важным, смог бы потерять то, что, по-твоему, нельзя бросить, то это и была бы настоящая потеря. Помогать человеку совершать кое-

какое добро, выражать милосердие – это только часть потери.

Обычные люди хотят прославиться, получить выгоды, хотят жить лучше, уютнее, богаче – это цели обычных людей. А мы, совершенствующиеся, уже не такие, как они. Мы приобретаем Гун, а не эти вещи. Мы должны устранить личные интересы, быть равнодушными к ним, но для этого не требуется, чтобы ты действительно что-то потерял. Мы совершенствуемся в мирском обществе, поэтому ещё надо сохранить всё так, как у обычных людей. Главный момент заключается в том, чтобы ты отказался от своего сердца, а не в том, чтобы ты действительно потерял какие-нибудь вещи. Если вещь твоя, её не потеряешь; если вещь не твоя, то её не приобретёшь. А если действительно захватил, то всё равно надо отдавать обратно. Одно приобретёшь, другое обязательно потеряешь. Конечно, невозможно сразу во всём совершенствоваться на очень высоком уровне. За одну ночь стать просветлённым тоже невозможно. Но постепенно совершенствоваться и шаг за шагом повышаться – это возможно. Сколько потеряешь, столько и приобретёшь. К своим интересам ты всегда равнодушно относишься, предпочитая меньше получать, чтобы жить спокойно. В материальном отношении ты, может быть, потеряешь, а в отношении Дэ и Гун ты получишь больше. Вот в чём логика вещей, а не в том, чтобы ты специально обменял славу и выгоду на Дэ и Гун. Тут нужно дальше осознавать с помощью уразумения.

Некий практикующий по великому Дао в своё время сказал: «Мне не нужно того, чего хотят другие; у меня нет того, что есть у других; зато у меня есть то, чего нет у других; беру то, чего не хотят другие». Трудно найти случай, когда обычный человек оказывается удовлетворённым. Чего только он не хочет приобрести, кроме камней, которые валяются на земле. А этот человек, практикующий по Великому Дао, сказал: «Тогда подберу эти камни». Как говорится в народе, «редкое всегда ценится дорого»,

«чего нет, то и диво». Камни здесь ничего не стоят, а там они самые ценные. Здесь высказана мудрость, которую обычные люди не способны высказать. Многие усовершенствовавшиеся великие люди с большим Дэ не обладают никаким имуществом. Для них нет такой вещи, от которой они не могли бы отказаться.

Путь самосовершенствования является самым верным. Лишь практикующие являются самыми разумными. Те вещи, за которые обычные люди дерутся, и те ничтожные выгоды, которые они хотят приобрести, – временные. Ну и что, даже если они их добились, подобрали или получили немного выгоды? Как говорят обычные люди, «ничего невозможно принести с рождением и унести со смертью. Человек пришёл в мир и ушёл из него голышом, даже кости истлеют дотла». Хоть ты толстосум и синекура, но ты ничего не унесёшь с собой. А Гун можно унести, потому что он растёт в теле твоего Чжу-иши. Скажу тебе: Гун приобретается нелегко, он слишком драгоценен, слишком труднодостижим и не обменивается ни на какие драгоценности. Когда у тебя Гун очень высокий, и ты скажешь, что не хочешь дальше заниматься самосовершенствованием, если только ты не совершаешь плохих дел, тогда твой Гун может превращаться в любые материальные вещи, какие ты захочешь. Всё можно получить. Однако в таком случае, кроме тех вещей, которые ты получишь в суетном мире, у тебя не будет всего того, что могут приобрести совершенствующиеся.

Некоторые ради какого-то личного интереса нечестными средствами добились вещей, которые им изначально не принадлежали. Они считают, что получили большую выгоду. На самом деле на полученную выгоду они обменяли Дэ, только об этом они сами не знают. Для практикующих это будет выражаться в понижении Гун; для непрaktикующих это будет проявляться в укорачивании срока жизни или в других аспектах. В общем, с этим всё равно надо рассчитаться – таков принцип Неба. Некоторые люди

часто обижают других, злыми словами порочат людей и так далее. С совершением таких поступков они отдают соответствующую часть Дэ противоположной стороне, обменивая Дэ на оскорбления других.

Некоторые считают, что быть хорошим человеком невыгодно. С точки зрения обычных людей, он действительно понёс ущерб, но он получил вещь, которой обычным людям не добиться. Это и есть Дэ – белая материя, крайне ценная вещь. Без Дэ не будет Гун. Это абсолютная истина. Почему многие занимаются практикой, а их Гун не растёт? Именно потому, что не совершенствовались и не повышали Дэ. Многие говорили о Дэ, требовали Дэ, но никто не изложил настоящего принципа превращения Дэ в Гун, оставив это для личного уразумения. В десятке тысяч томов «Трипитаки», в Законе, проповедованном Шакьямуни при жизни на протяжении более сорока лет, говорится только об одном: о Дэ. В древнекитайских книгах о самосовершенствовании по Дао говорится об одном лишь Дэ. В книге «ДаоДэ Цзин», написанной Лао-Цзы и состоящей из пяти тысяч иероглифов, также говорится только о Дэ. Однако некоторые никак не могут этого осознать.

Мы говорим о потере, приобретение всегда сопровождается потерей. Когда ты по-настоящему захочешь совершенствоваться, то ты непременно встретишь всякие страдания и невзгоды. В жизни это проявляется так: либо где-то тело терпит мучения, например, то здесь, то там появляются симптомы болезней, но это не болезни; либо в обществе, в семье или на работе, может быть, вдруг появятся противоречия в интересах, возникнут трения относительно чувств. Всё это предназначено для повышения твоего Синьсин. Такие дела обычно возникают внезапно и выражаются очень резко. Если с тобой произошёл проблемный случай, приводящий тебя в очень затруднительное, позорное и чрезвычайно неловкое положение, как тогда ты справишься с этим?

Если ты можешь сохранять полное спокойствие, то твой Синьсин повысится в этой беде, твой Гун, соответственно, тоже повысится. Если ты сможешь немного достичь успеха в этом отношении, то ты, соответственно, немного приобретёшь. Сколько ты отдашь, столько и приобретёшь. Находясь в страдании, человек обычно вряд ли сможет уяснить что-нибудь, но мы должны постараться осознать, что нельзя отождествлять себя с обычными людьми. Когда возникают противоречия, мы должны проявлять великодушие. Мы совершенствуемся среди обычных людей, совершенствование Синьсин тоже нужно вести среди обычных людей. Надо, чтобы мы несколько раз спотыкались и из этого извлекали уроки. Невозможно, чтобы Гун повышался в комфорте, когда ты не встречаешься ни с какими неприятностями.

3.3. Одновременное самосовершенствование по «Чжэнь Шань Жэнь»

В нашей школе одновременно совершенствуются по «Чжэнь Шань Жэнь» («Истина-Доброта-Терпение»). Чжэнь означает говорить правду, делать истинное дело, возвратиться к истоку жизни и стать наконец истинным человеком. Шань означает проявлять милосердие, совершать добрые дела и спасать людей. Особо стоит подчеркнуть Жэнь. Лишь благодаря Жэнь практикующий может совершенствоваться в человека с высоким Дэ, Жэнь – это очень сильная вещь, превышающая Чжэнь и Шань. Весь процесс самосовершенствования требует от тебя Жэнь, требует сохранять Синьсин, не совершать ничего недостойного.

Нелегко проявлять Жэнь в неприятных ситуациях. Некоторые говорят: «Разве это не “AQ” так поступает, когда не отвечаешь ударом на удар, руганью на ругань, даже тогда, когда опозоришься перед родными или близкими друзьями?» Я говорю, что никто не скажет, что ты дурак,

если ты всегда ведёшь себя нормально; ум твой несколько не слабее, чем у других, только к личным интересам ты относишься равнодушно. Терпеливость – это не трусость, не поведение «АQ», а проявление сильной воли, проявление сдержанности. В истории Китая был человек по имени Хань Синь. Он однажды вынес оскорбление, вынужденный проползти между ног. Это и есть проявление великого терпения. В древности было такое выражение: «Обычный человек не вынесет оскорбления, он ответит на унижение обнажённым мечом». Когда обычного человека оскорбляют, он «встанет и вытащит свой меч». Он может ругать других, бить других кулаками. Человеку нелегко попасть в этот мир, но некоторые живут только ради чести. Так вести себя совсем не стоит, да и это слишком утомительно. В Китае есть такое выражение: «Сделай шаг назад, и перед тобой откроются беспредельные просторы». Когда ты встретишь неприятность, сделай шаг назад, и тогда заметишь, что всё выглядит по-другому.

Являясь практикующим, ты не только должен терпеть, проявлять великодушие, но и благодарить человека, который противоречит тебе и оскорбляет тебя при всех. Если он не создаст тебе противоречие, и ты не испытаешь страдания, как ты сможешь повысить Синьсин, превратить чёрную материю в белую и вырастить Гун? Человек в беде очень сильно мучается, но в это время обязательно надо держать себя в руках, потому что с возрастанием силы Гун растёт и страдание, чтобы проверить, способен ли ты повысить свой Синьсин. На первых порах, может быть, тебя задевают, отчего ты сильно сердисься, мучительно терпишь, из-за этого у тебя даже болят печень и желудок. Но если ты не разозлился и всё терпишь, это хорошо. Ты уже можешь терпеть. Ты сознательно терпишь. Тогда ты можешь постепенно повысить Синьсин. Когда ты будешь по-настоящему равнодушно относиться к такому делу, тогда будет значительное повышение. Обычные люди часто серьёзно относятся к некоторым тренингам и

мелочам. Они живут ради своей чести и не могут терпеть. Если их прижали к стенке, они готовы на всё. Но то, что обычные люди считают очень важным, в твоих глазах, в глазах практикующего, выглядит очень и очень ничтожным, слишком незначительным. Поскольку твоя цель слишком далека и слишком высока, ты будешь жить столь же долго, как и Вселенная. Подумай снова об этих вещах, и они тебе станут безразличными. Подумай ещё шире, и все эти проблемы ты сможешь преодолеть.

3.4. Изживание зависти

Зависть представляет собой огромное препятствие для самосовершенствования, оказывает сильнейшее воздействие на практикующего, непосредственно влияет на его силу Гун и причиняет вред другим практикующим, серьёзно мешая нам совершенствоваться вверх. Как совершенствующийся ты должен полностью изжить зависть. Некоторые достигли определённого уровня в практике, но никак не могут отделаться от зависти. К тому же чем труднее устранить зависть, тем сильнее она становится. Такое противодействие делает очень хрупкими другие, уже повышенные стороны их Синьсин. Почему необходимо отдельно поговорить о зависти? Потому что зависть среди китайцев проявляется сильнее и нагляднее всего, и в душе людей занимает самое большое место, но многие не могут осознать этого. Зависть свойственна Востоку и потому называется «восточной завистью» или «азиатской завистью». Китайцы по характеру очень скрытные и сдержанные, очень редко показывают свои чувства, отчего легко появляется зависть. Все вещи и явления содержат противоположные качества, так что скрытный характер также имеет как положительную сторону, так и отрицательную. Западные люди более открыты. Например, малыш, получив в школе сто баллов, бежит домой с радостным криком: «Я получил сто...». Соседи, открыв двери и окна, приветствуют его:

«Поздравляю, Том!» – радуются за него. Представьте, если бы это случилось в Китае, то крик мальчика вызвал бы антипатию: «Получил сто баллов – нашёл чем кичиться! Что за невидаль!» – реакция совсем другая. Тут заговорила зависть.

Завистливый человек с пренебрежением относится к другим, не позволяя им превзойти себя. Если увидел, что другие сильнее его, то он теряет душевное равновесие, ему становится не по себе, и он не может смириться с этим. Зарплату надо повышать всем вместе, премия должна быть распределена всем поровну. Даже если небо обрушится, то держать его всем вместе. Когда другие заработали много денег, у человека загораются глаза. В общем, нельзя быть выше него. Ему просто невыносимо, когда его превосходят. Кто-то добился успехов в научных исследованиях, но не смел получить премию, боясь чужой зависти. Кому-то присвоили почётное звание, но он не смеет говорить об этом, боясь зависти и насмешек. Когда другие мастера цигун читают лекции, некоторые теряют покой и начинают мешать занятиям. Это и есть проблема Синьсин. Люди вместе занимаются практикой Гун, и у некоторых из них появились сверхспособности, хотя и занимались они недолго. И другие стали говорить: «Экая важность! Вот я сколько лет занимаюсь, у меня куча свидетельств об окончании курсов. И даже у меня никакой сверхспособности не появилось. Как может быть, чтобы у него появились способности?» Сразу заговорила зависть. Самосовершенствование требует смотреть в себя, больше совершенствовать самого себя, искать причины в себе. Если в каком-то отношении ты поступаешь недостаточно хорошо, то тебе самому следует стараться добиться повышения. Надо усиленно работать над собой. Люди склонны искать причину в других. Когда все другие усвершенствуются и пойдут вверх, и только ты не пойдёшь, разве тогда не пропадёшь? Самосовершенствование – это твоё личное дело!

Зависть ещё может причинить вред и другим практикующим. Например, говорят нехорошие слова, чтобы человек не смог успокоиться и войти в состояние созерцания. Когда у него появились определённые сверхспособности, из-за зависти он может использовать их во вред другим практикующим. Например, один усердно практикующий сидит в позе созерцания. Поскольку его тело несёт Гун, то он сидит там, как гора. В это время пролетают два существа. Одно из них раньше было монахом, который из-за зависти не мог дальше совершенствоваться вверх. Хотя у него есть определённая сила Гун, но он не достиг Полного Совершенства. Когда они появились в том месте, где сидит практикующий, один из них говорит: «Это тот N здесь совершенствуется, давай обойдём его!» – а другой говорит: «Ведь в своё время я ладонью отрубил кусок горы Тайшань». Затем он поднял руку, чтобы ударить практикующего ладонью. Но рука поднялась и не могла опуститься, потому что практикующий совершенствуется по ортодоксальному Закону, и у него есть защитное покрывало. Поэтому то существо не смогло ударить его. Намерение вредить практикующему, который совершенствуется по ортодоксальному Закону, – это уже серьёзный акт, и это существо получило наказание. Завистливый человек вредит и себе, и другим.

3.5. Изживание пристрастий

Пристрастие означает, что практикующий настойчиво привязывается к некоторой вещи или цели, за которой он упорно следит, проявляет чрезмерное стремление и от которой не может освободиться. Он даже упорно настаивает на ней и не слушает ничьих советов. Некоторые гонятся за приобретением при жизни каких-нибудь сверхспособностей, что неизбежно препятствует самосовершенствованию на высшие уровни. Чем сильнее это психическое состояние, тем труднее отказаться от

него, тем труднее сохранять душевное равновесие и устойчивость. В результате, он может думать, что сам ничего не приобрёл, и даже сомневаться в том, чему он учится. Пристрастие порождается желаниями человека. Характерной особенностью пристрастия является то, что его цель отличается очевидной ограниченностью и носит более чёткий и конкретный характер. Но часто человек сам не осознаёт этого. У обычных людей очень много пристрастий. Он готов на всё, чтобы добиться какой-нибудь вещи или цели. А у практикующего пристрастия проявляются по-другому. Например, он стремится к достижению какой-либо сверхспособности, предаётся каким-то зрелищам, старается чем-то показать себя и так далее. Для практикующего будет ошибкой всё, к чему бы он ни стремился. От этого ты должен отказаться. В системе Дао говорят о небытии, а в системе Будды говорят о пустоте, о вхождении в пустоту. Нам в конце концов надо достичь состояния небытия или пустоты. Надо отказаться от всех пристрастий, оставить всё то, что ты не можешь оставить. Например, стремление к сверхспособностям: ты просишь их, значит, хочешь использовать их. На самом деле это уже противоречит свойству нашей Вселенной и, по существу, представляет собой проблему Синьсин. Хочешь приобрести, чтобы покрасоваться перед людьми, чтобы показать себя? Такие вещи не предназначены для демонстрации другим. Если даже ты применяешь их с очень чистой целью, то есть хочешь совершить хорошее дело, и то вряд ли дело будет хорошим. Когда ты вмешиваешься в мирские дела, используя сверхъестественные методы, то вряд ли сможешь оправдаться. Некоторые слышали, как я говорил на лекциях, что у 70% людей открылось небесное око, и подумали: «Почему я ничего не чувствую?» Вернувшись домой, стали заниматься упражнениями, сосредоточив внимание на небесном оке. Такой мыслью доводят себя до головной боли, в результате чего всё равно ничего не видят. Вот это и есть пристрастие. Каждый человек

отличается своими физическими качествами, природной основой. Небесное око у людей не может открываться одновременно, не может также открываться на одном и том же уровне. Некоторые могут видеть, некоторые – нет. Всё это нормально.

Пристрастие может вызвать у практикующего состояние застоя и колебаний силы Гун, а в более серьёзном случае может привести практикующего на еретический путь. Особенно некоторые сверхспособности при наличии плохого Синьсин могут использоваться для совершения порочных дел. Бывают примеры того, когда из-за неустойчивости Синьсин использовали сверхспособности для совершения плохих дел. Был такой студент, у которого появилась сверхспособность «управление мыслью». Эта сверхспособность позволяла ему своей мыслью управлять мыслями и поступками другого человека. И он использовал такую способность для совершения порочного дела. У некоторых во время практики появляются некие картины, которые они всё время хотят разглядеть, докопаться до конца. Это тоже пристрастие. У некоторых какое-то увлечение превратилось в страсть, от которой трудно отказаться. Это также пристрастие. Поскольку природные основы у людей разные, то разные и их цели. Некоторые практикуют для достижения самой высокой степени, другие – только для приобретения каких-то вещей. Последние неизбежно ограничивают цель практики. Если такие пристрастия не изжить, то Гун не растёт, даже если ты занимаешься практикой. Поэтому совершенствующийся должен очень равнодушно относиться ко всем материальным интересам, не имея никакого стремления, дать возможность всему идти своим чередом. Таким образом можно избежать возникновения пристрастий. Это зависит от Синьсин практикующего. Если в корне Синьсин не повысится, тогда при наличии любого пристрастия невозможно достигнуть Полного Совершенства.

3.6. Карма

3.6.1. Возникновение кармы

В противоположность Дэ карма (грехи) является чёрной материей. В буддизме называют её злой кармой. Мы здесь называем её просто кармой, поэтому совершение плохих дел называется сотворением кармы. Карма возникает из-за согрешений человека в этой или предыдущей жизни, например, вследствие убийства живых существ, оскорбления кого-либо, присвоения чьих-либо выгод, пересудов у кого-то за спиной, проявления недружелюбия к кому-либо и так далее. Всё это может породить карму. Ещё существует такая карма, которая переходит от предков, родных и близких друзей. Когда человек ударит другого кулаком, он одновременно перебросит последнему свою белую материю. Утраченная белая материя в его теле заменяется чёрной материей. Убийство живых существ является самым большим злом, совершением плохого дела, которым можно заработать очень большую карму. Карма является важной причиной заболевания человека. Конечно, она необязательно проявляется в виде болезни. Может быть, человек встретится с неприятностями и так далее. Всё это действует карма. Поэтому практикующему ни в коем случае нельзя совершать порочных дел. Все плохие поступки ведут к появлению плохой информации, что может серьёзно сказаться на твоём самосовершенствовании.

Некоторые предлагают собирать ци из растений и учат этому на занятиях цигун. Они с увлечением рассказывают о том, что у каких-то деревьев ци хороший, ци каких-то деревьев имеет такой-то цвет. У нас в северо-восточном Китае в одном парке некоторые люди занимались неизвестно каким методом практики: они катались по земле и, встав, ходили вокруг сосен, собирая из них ци, отчего за полгода сосновый лес пожелтел и засох. Это же поступок сотворения кармы. Это также является убийством живых существ! Как с точки зрения вопроса озеленения

нашей страны и сохранения её экологического баланса, так и с точки зрения высокого уровня, собирать ци из растений — плохое поведение. Необъятная Вселенная безгранична, везде существует ци. Ты можешь собирать его сколько угодно. Почему тогда обижаешь растения? Ты же совершенствующийся, куда девалось твоё милосердие?

У всех вещей есть дух. Современная наука уже осознала, что растения имеют не только жизнь, но и умственную способность, мысли и чувства, даже обладают некоторой способностью к сверхъестественному восприятию. Когда твоё небесное око достигнет «зрения глаза Закона», ты заметишь, что мир стал совершенно иным. Когда ты выходишь на улицу, все камни, стены, деревья разговаривают с тобой. В любом предмете есть живое существо. При его формировании в него уже входит живое существо. На земном шаре вещества разделены человечеством на органические и неорганические. Когда монах в храме разбивает чашку, ему становится не по себе, потому что, когда её разбили, то живое существо покинуло её. Это живое существо не прошло всех этапов своей жизни и ему некуда деваться. Из-за этого оно сильно ненавидит человека, который его убил. Чем сильнее ненависть, тем больше будет карма у этого человека. Некоторые «мастера цигун» ещё охотятся. Куда девалось их милосердие? Как в системе Будды, так и в системе Дао, не поступают вопреки Небесному принципу. Такой поступок также означает убийство живых существ.

Кто-то говорит, что он раньше сотворил много кармы: зарезал курицу, разделявал рыбу, удил рыбу и так далее. Значит ли это, что ему уже нельзя совершенствоваться? Нет. В своё время ты это сделал по неведению, и это не может создать большой кармы. В дальнейшем больше так не делай и всё. Если ещё повторишь, то это уже будет преднамеренно совершённая ошибка, и так уже нельзя. Некоторые ученики несут такую карму. Раз ты пришёл на наши лекции, значит, это судьба, и ты можешь совершенствоваться вверх. Спрашивается, когда мухи и

комары влетели в комнату, можно ли их убить? Вы сейчас делаете это на вашем нынешнем уровне, и такое поведение не считается ошибкой. Если их не удаётся выгнать, тогда убили, значит убили. Когда одному существу пора умирать, то оно, естественно, и должно умереть. Шакьямуни однажды захотел помыться и велел ученику приготовить ванну. Его ученик увидел, что в ванне полно насекомых, он вернулся и спросил, что делать. Шакьямуни повторил: «Я тебе велел ванну очистить». Ученик понял и очистил ванну. На некоторые вопросы тебе не надо обращать слишком много внимания. Мы не требуем, чтобы ты стал человеком, усердным в мелочах и осторожным в пустяках, в сложных условиях всё время держать нервы в напряжении, боясь совершить малейшую ошибку. По-моему, так нельзя. Это тоже один из видов пристрастий. Страх сам по себе является пристрастием.

Нам надо иметь милосердие, надо с милосердием относиться к любым делам, тогда проблем будет меньше. Необходимо относиться к личным интересам равнодушно, душа должна быть доброй. Тогда милосердие будет сдерживать тебя в любом деле, поэтому ты уже не будешь совершать плохих дел. Не веришь, рассуди сам: если ты всегда ведёшь себя сердито, всегда хочешь бороться, драться, тогда даже доброе дело ты провалишь. Я часто вижу, что некоторые люди, когда правда на их стороне, и, наконец-то, они нашли аргумент, с помощью которого можно проучить другого, чувствуя свою правоту, не прощают его. Вместе с тем, нам нельзя сеять раздоры из-за того, что мы что-то не приемлем. Иногда дело, на которое ты не можешь спокойно смотреть, вряд ли является ошибочным. Когда практикующий непрерывно повышает свой уровень, высказанные им слова несут энергию, и этим он влияет на обычных людей. Нельзя говорить что угодно. Особенно, когда ты не видишь сути дела, не знаешь predetermined связей, тогда можешь легко совершить плохой поступок и просто сотворить карму.

3.6.2. Устранение кармы

В мирском обществе и на Небесах существует одинаковый принцип: надо вернуть другим вещи, которые ты им задолжал. Да и обычный человек тоже платит за то, что он должен другим. Мучения и бедствия, которые ты встретил в своей жизни, – это последствия, вытекающие из кармы. Эти вещи ты должен вернуть. Для истинно практикующих жизненный путь будет изменён. Необходимо заново устроить тебе путь, который подходит для твоего самосовершенствования. Учитель за тебя устраняет часть кармы, а оставшаяся часть предназначена для повышения твоего Синьсин. Ты закаляешь Гун, совершенствуешь свой Синьсин, тем самым покроешь эту карму, погасишь её. Все проблемы, которые вы встретите в дальнейшем, не будут случайными. Будьте готовы к этому. Пусть ты испытываешь некоторые страдания, оставляя всё то, что обычные люди не могут оставить. Ты можешь встретиться со многими неприятностями, с разнообразными проблемами, возникающими в семье, в обществе, или вдруг тебя постигнут какие-то беды; даже когда виноваты другие, но будут обвинять именно тебя, наговаривать на тебя и так далее. Совершенствующиеся не должны болеть, но бывает так, что тебя вдруг постигла серьёзная болезнь, причём болезнь была такая тяжёлая, мучения которой ты едва переносишь. Однако медицинское обследование в больнице не могло подтвердить диагноз. Но, неизвестно почему, болезнь проходит сама без лечения. На самом деле, в такой форме оплачиваются твои некоторые долги. Может быть, однажды твоя супруга беспричинно начнёт скандалить с тобой, рассердится на тебя, даже ничтожный пустяк может привести к большой ссоре, а потом она сама недоумевает. Как практикующий ты должен иметь ясное представление, почему происходят такие происшествия. Это значит, что пришло некое существо, требуя погасить твою карму. В это время тебе следует держать себя в руках,

сохранять свой Синьсин и разрешить проблему. Ты должен ценить и благодарить супругу за то, что она помогала тебе изживать карму.

Если долго сидеть в позе созерцания, то ноги будут болеть, и у некоторых ноги болят просто до полусмерти. У кого небесное око открыто на высоком уровне, тот увидит что, когда ноги сильно болят, уничтожается очень большой кусок чёрной материи внутри и вне тела практикующего. Боль при сидении в позе созерцания периодическая и очень мучительная. У кого способность уразумения сильнее, тот не распрямляет ноги. И тогда чёрная материя уничтожается и превращается в белую, превращается в Гун. Карму практикующего невозможно полностью уничтожить посредством практики и сидения в позе созерцания, надо ещё повысить Синьсин и способность уразумения, пережить невзгоды. Важно то, что мы должны быть добрыми людьми. В нашем Фалуньгун доброта проявляется очень рано. Многие практикующие, как только сели в позу созерцания, так сразу без всякой причины льют слёзы; о чём бы они ни думали, сердце у них щемит; на кого бы ни смотрели, все им кажутся несчастными. Это значит, что у них порождается милосердие, что их врождённая натура, их истинное Я, начинает сливаться со свойством Вселенной «Чжэнь Шань Жэнь». Когда у тебя родилось милосердие, всё, что ты ни делаешь, будет очень добрым. Сразу видно, что и твоя душа, и твой внешний облик очень добрые. Тогда никто тебя не обидит. Если кто-то действительно тебя обидит, то благодаря твоему милосердию ты не будешь отвечать ударом на удар. Милосердие – это своего рода сила, которая побуждает тебя вести себя не наравне с обычными людьми.

Когда ты встретишь бедствие, милосердие поможет тебе его преодолеть. В то же время моё Тело Закона следит за тобой, защищает твою жизнь, но преодолеть бедствие необходимо тебе самому. Например, когда я читал лекции на курсах в городе Тайюане, пожилые супруги шли на мою

лекцию. Они спешили перейти улицу. Когда они дошли до середины улицы, быстро проезжающая машина зацепила женщину и протащила её метров десять, женщина упала наземь. Машина проехала метров двадцать, пока не остановилась. Водитель выскочил из машины и стал бранить её, пассажир тоже стал упрекать её. Но эта пожилая женщина ничего не ответила. Она вспомнила мои слова, поэтому встала и сказала: «Ничего-ничего, со мной всё в порядке», – и взяв мужа под руку, пошла на лекцию. Если бы в то время она сказала: «Ой, я ушиблась и здесь и там, отвезите меня в больницу», – она бы действительно ушиблась, но она поступила иначе. Женщина мне сказала: «Учитель, я знаю, в чём дело. Такое происшествие помогло мне изжить карму! Преодолена большая беда, изжит большой кусок кармы». Видно, что у неё хороший Синьсин и высокая способность уразумения. В таком возрасте и при такой большой скорости машины её протащило, причём так далеко, и сильно бросило наземь, а она встала. У неё сердце праведное.

Иногда придёт бедствие, кажущееся очень большим, от которого просто нет никакого спасения. Может быть, ты мучился несколько дней, и вдруг неожиданно появился выход, вдруг ситуация сильно изменилась. На самом деле, у тебя повысился Синьсин, поэтому бедствие само собой исчезло.

Для повышения степени мышления непременно нужно пройти в мирском обществе испытания разными мучениями. Если в этом процессе твой Синьсин действительно повысится, стабилизируется, тогда изживётся карма, пройдут твои мучения, возрастёт и Гун. Если во время испытания Синьсин тебе не удалось сохранить свой Синьсин, и ты совершил ошибку, то не унывай, ты должен активно проанализировать урок, найти, в чём имеется отставание от других, и усердно работать над собой в соответствии с «Чжэнь Шань Жэнь». Может быть, следом придёт другая трудная проблема, предназначенная для проверки Синьсин. С повышением силы Гун дэвольские

страдания, предназначенные для проверки Синьсин, могут быть более интенсивными и внезапными. С каждым пройденным испытанием твоя сила Гун соответственно возрастает. Если не выдержал испытание, то Гун стоит на месте. Маленькое испытание – маленькое повышение, большое испытание – большое повышение. Желаю, чтобы каждый практикующий был подготовлен к большим страданиям, преисполнен решимости и воли встретить большие трудности. Без усердия не может быть и речи о приобретении подлинного Гун. Нет такого принципа, согласно которому без усердия, без страданий комфортно приобретают Гун. Без коренного улучшения Синьсин с каким-либо личным пристрастием невозможно усовершенствоваться в Великого Просветлённого.

3.7. Вмешательство дьявола

Под вмешательством дьявола подразумеваются те явления и картины, которые возникают в процессе практики у совершенствующегося, мешают его практике. Их цель – препятствовать самосовершенствованию практикующего на высшие уровни. Можно сказать, что это дьявол взывает долг.

Практикующий, дойдя в самосовершенствовании до высокого уровня, непременно столкнётся с проблемой привлечения дьявола. Человек на протяжении всей своей жизни, а также его предки, неизбежно совершали некоторые нехорошие дела, которые и называются кармой. Хорошая или плохая природная основа у человека определяет количество кармы, которую он носит. Даже очень хороший человек не может избавиться от кармы. Ты не осознаёшь этого, потому что не занимаешься самосовершенствованием. Если ты практикуешь только ради лечения болезней и укрепления организма, то дьяволу до тебя нет дела. Едва ты стал совершенствоваться на высшие уровни, он будет тебе мешать. Он может пускать в ход разные

способы, чтобы тебе мешать. Его цель – не дать тебе усовершенствоваться на высшие уровни, чтобы твоё самосовершенствование провалилось. Формы проявления дьявола разные. Некоторые проявляются в форме явлений нашей обычной жизни. Иные мешают в виде информации из других пространств. Всякий раз, как только ты сел заниматься, сразу появляется какое-то дело, мешающее тебе, чтобы ты не мог войти в состояние созерцания, не мог самосовершенствоваться на высшие уровни. Иногда, когда ты садишься в позу созерцания, тебя сразу клонит ко сну, или у тебя в голове закружился целый рой мыслей и воспоминаний, отчего не можешь войти в состояние практики. Порой кругом бывает очень спокойно, но как только ты начинаешь заниматься, так вдруг раздаются звуки шагов, хлопанье дверьми, гудки автомобилей, телефонные звонки, разные шумы, которые не дают тебе оставаться спокойным.

Ещё существует сексуальный дьявол, и тогда во сне или в позе созерцания перед практикующим может появиться красивый мужчина или женщина, которые привлекают и соблазняют тебя, совершают некоторые возбуждающие движения, вызывая у тебя сексуальное пристрастие. Если только ты один раз не выдержал, он может постепенно усиливать свои действия, соблазняя тебя, пока ты не откажешься от мысли о самосовершенствовании на высшие уровни. Такое испытание трудно выдержать, и немало практикующих из-за этого перестали заниматься практикой. Желательно, чтобы вы были духовно подготовлены к такому испытанию. Если кто-либо недостаточно хорошо сохранял свой Синьсин и один раз не выдержал, тогда надо из этого извлечь серьёзный урок, иначе дьявол может много раз тебе мешать, пока ты по-настоящему не сможешь удержать свой Синьсин и полностью не изживёшь это пристрастие. Это большое испытание, которое необходимо выдержать, иначе невозможно приобрести Дао и невозможно достигнуть Полного Совершенства.

Другая форма проявления дьявола возникает при занятии или во сне, когда вдруг увидишь какие-то страшные физиономии, очень злые и довольно отчётливые. Они держат в руках нож, хотят убить тебя, но это только для того, чтобы запугать тебя. Если они действительно захотят зарезать, то не смогут тебя коснуться, потому что Учитель уже установил защитное покрывало над телом практикующего. Они пугают тебя для того, чтобы не дать тебе практиковать. Эти вещи – лишь проявление одного из уровней, одного периода. Через несколько дней, неделю или несколько недель они быстро пройдут. Это зависит от высоты Синьсин и от того, как ты относишься к этому.

3.8. Природная основа и способность уразумения

Под природной основой подразумевается реальная белая материя Дэ, которую человек несёт с рождения. Если Дэ много, то природная основа непременно хорошая. Человеку с хорошей природной основой легко возвратиться к Истине, легко уразуметь Дао, потому что у него в душе нет препятствий. Как только он слышит об обучении цигун, о самосовершенствовании, у него сразу появляется интерес, он с удовольствием идёт учиться и может установить контакт со Вселенной. Лао Цзы говорил: «Когда мудрый человек слышит о Дао, он усердно практикует его. Когда заурядный человек слышит о Дао, он практикует его от случая к случаю. Когда глупый человек слышит о Дао, он громко смеётся над ним. Если он не смеётся, то это уже не Дао». Те, кому легко возвратиться к Истине и уразуметь Дао, относятся к мудрым людям. Наоборот, у человека с большим количеством чёрной материи, с плохой природной основой вокруг тела образуется некий заслон, который не даёт ему воспринимать хорошие вещи. Если он встретит хорошие вещи, то чёрная материя не даёт ему поверить в них – на самом деле здесь действует карма.

Когда речь идёт о природной основе, то непременно затрагивается проблема способности уразумения. Как только заговоришь об уразумении, некоторые сразу думают, что под уразумением имеется в виду ум. Умники и хитрецы, о которых говорят обычные люди, слишком далеки от самосовершенствования, о котором мы говорим. Таким умникам часто очень трудно достичь просветления. Они обращают внимание только на реальный материальный мир, ни в коем случае не хотят понести убытки, не упускают никакой выгоды. Особенно некоторые отдельные лица считают, что они эрудиты, обладают знаниями, что они большие умники. Они рассматривают самосовершенствование как сказку «Тысяча и одна ночь». Практиковать и совершенствоваться Синьсин для них непостижимо. Они считают практикующих дураками, суеверными. То, что мы называем уразумением, не подразумевает ум, а имеется в виду возвращение человеческой сущности к Истине, когда человек становится хорошим и соответствует свойству Вселенной. Природная основа определяет способность уразумения человека. Если природная основа хорошая, то и способность уразумения тоже хорошая. Хотя природная основа определяет способность уразумения, но способность уразумения не совсем зависит от природной основы. Как бы хороша ни была природная основа, но когда способность понимания слабая, человек не способен уразуметь – так тоже не годится. У некоторых природная основа не очень хорошая, но у него хорошая способность уразумения, и он тоже может самосовершенствоваться вверх. Мы спасаем всех живых существ без исключения. Мы смотрим на способность уразумения, а не на природную основу. Хотя ты носишь в себе много плохих вещей, но если только ты решился совершенствоваться вверх, появившаяся у тебя такая мысль является праведной. Имея такую мысль, ты просто будешь отдавать больше, чем другие, но в конце концов ты всё же сможешь добиться совершенства.

Тело практикующего уже является чистым. После появления Гун тело уже не может болеть, потому что высокоэнергетическая материя внутри тела уже не допускает существования чёрной материи. Но некоторые никак этому не верят, считая себя больными. Говорят, мол, как плохо я себя чувствую! Мы говорим: то, что ты приобрёл, – это Гун. Получил такие замечательные вещи, разве можешь не страдать? Самосовершенствование требует соответствующей отдачи. На самом деле это лишь поверхностные явления. Они совершенно не влияют на твоё тело, просто с виду кажутся болезнями, но это вовсе не болезни. Всё зависит от твоего уразумения. Практикующий не только должен претерпеть страдание из страданий, но и должен иметь хорошую способность осознания. Некоторые столкнулись с неприятностями, но не стали их уразумевать. Я здесь говорю о высоком уровне, как требовать от себя по высоким нормам, а он всё же отождествляет себя с обычными людьми. Он даже не может практиковать, находясь в состоянии настоящего практикующего, и не верит, что может находиться на высоком уровне.

Уразумение, о котором говорят на высоком уровне, означает достижение просветления. Уразумение подразделяется на внезапное и постепенное. Внезапное уразумение означает, что весь процесс самосовершенствования проходит в закрытом состоянии. Когда ты прошёл весь процесс самосовершенствования, и твой Синьсин повысился, то в последнее мгновение при сотрясении все сверхспособности проявляются, небесное око мгновенно открывается на самом высоком уровне, и мышление может контактировать с высшими живыми существами других пространств. Ты сразу увидишь истинную картину каждого пространства и каждого рая Вселенной и будешь иметь с ними контакты, сможешь проявить свои большие чудотворства. Внезапное уразумение – это самый трудный путь. Во все времена выбирали в ученики только человека

с довольно большой природной основой и передавали метод практики единственному преемнику. Ведь обычные люди не выдержат! Я прошёл именно путь внезапного уразумения.

То, что я сейчас передаю вам, относится к постепенному уразумению. В процессе самосовершенствования сверхспособности естественно проявятся тогда, когда им суждено проявиться, но после их появления тебе не обязательно дадут их сразу использовать. Когда твой Синьсин не достиг определённого уровня, ты ещё не можешь держать себя в руках и легко можешь совершить плохие дела. Пока тебе не дают использовать сверхспособности, но рано или поздно дадут. Посредством самосовершенствования твой уровень будет повышаться постепенно. Ты будешь постепенно познавать истину Вселенной и так же, как при внезапном уразумении, в конце концов достигнешь Полного Совершенства. Этим путём, то есть путём постепенного уразумения, идти относительно легче, нет опасностей. Трудность его в том, что в процессе самосовершенствования ты всё видишь, поэтому тебе тем более следует строго относиться к себе.

3.9. Спокойное и чистое сердце

Некоторые люди во время практики не могут погрузиться в состояние полного покоя, они ищут способы достижения этого состояния. Некоторые спрашивают у меня: «Учитель, почему я во время практики не могу войти в состояние созерцания? Научите меня какому-нибудь способу или приёму, чтобы я вошёл в состояние покоя при сидении в позе созерцания». А я говорю: как ты можешь погрузиться в состояние покоя! Даже если святые придут тебя обучать какому-то способу, то и тогда ты не сможешь войти в состояние покоя. Почему? Потому что твоё сердце не спокойно и не чисто. Человек живёт в этом обществе, охваченный семью эмоциями и шестью

желаниями, разнообразными личными интересами, и не только собственными интересами, но даже и интересами родственников и близких друзей. Всё это в твоём сердце. Они занимают слишком большой вес в твоей голове и поставлены на очень высокое место, поэтому как ты можешь в практике быть спокойным? Ты искусственно подавляешь эти мысли, но они сами выплывают наружу.

В методах самосовершенствования буддизма говорится о «Сийла, Самадхи, Мати». Сийла означает отказ от вещей, к которым человек пристрастен. Некоторые используют метод повторения имени Будды. Повторять имя Будды нужно сосредоточенно, чтобы одна мысль в сознании заменила десять тысяч мыслей. Но это есть гунфу, а не какой-то метод. Если не веришь, то попробуй. Гарантирую, что на словах ты повторяешь имя Будды, а в голове кипят разные мысли. Раньше тибетские ламы целую неделю монотонно повторяли имя Будды каждый день несколько сотен тысяч раз. Читали до такой степени, что уже кружилась голова и «опухал» мозг. Под конец у них в голове ничего не оставалось, лишь одна мысль об имени Будды, которая заменяла десять тысяч мыслей. Это есть гунфу. У тебя это вряд ли получится. Некоторые методы практики учат тебя сосредоточиваться на дантянь, считать цифры или глазами созерцать предметы и другим способом, но на самом деле всё это не может помочь тебе достичь полного покоя. Практикующий должен иметь спокойное и чистое сердце, должен отказаться от личных интересов и корыстолюбия.

На самом деле, способность войти в состояние покоя, в Дин, отражает степень гунфу человека и высоту его уровня. Если сядешь и сразу войдёшь в состояние покоя – это воплощение уровня. Если пока не можешь войти в состояние покоя, то это ничего. В процессе самосовершенствования ты можешь постепенно этого достигнуть. Синьсин поднимается постепенно, Гун тоже возрастает постепенно. Если не можешь равнодушно относиться к личным

интересам и желаниям, то Гун не возрастет.

Практикующий должен ежечасно, ежеминутно требовать от себя по высоким нормам. В обществе существуют разные сложные явления, много низких, нездоровых вещей, проявлений семи эмоций и шести желаний, которые всё время мешают практикующему. То, что пропагандируют в телевизионных передачах, в фильмах и литературных произведениях, приучает тебя быть сильным среди обычных людей, стать более практичным обычным человеком. Если ты не можешь превзойти эти вещи, освободиться от них, то разница в отношении Синьсин и душевного состояния между тобой и другим практикующим становится всё больше и больше, а полученный тобой Гун становится всё меньше и меньше. Совершенствующийся должен либо редко, либо вообще не касаться тех низких и нездоровых вещей, должен достичь такого состояния, когда «смотришь, но не видишь; слушаешь, но не вникаешь»; не подвергаешься влиянию других людей, держишь сердце спокойным. Я часто говорю, что сердца обычных людей не могут волновать меня. Кто-нибудь скажет что-то хорошее обо мне – я не радуюсь; кто-нибудь говорит обо мне плохое – я не обижаюсь. Каким бы серьёзным ни было противоречие по Синьсин между обычными людьми, на меня это не действует. Практикующий должен равнодушно относиться ко всем полученным выгодам, ничего не принимать близко к сердцу. Лишь тогда твоё сердце, уразумевающее Дао, считается зрелым. Не имея пристрастия к славе и выгоде, безразлично относясь к карьере, ты не будешь переживать, сердиться и всегда будешь находиться в состоянии душевного равновесия. Когда ты сможешь оставить всё, то твоё сердце само собой станет чистым и спокойным.

Я передал вам Дафа, обучил вас пяти комплексам упражнений, отрегулировал ваши тела, вложил в ваши тела Фалунь, цици. Кроме этого, моё Тело Закона ещё защищает вас. Я дал вам всё, что надлежит дать. На курсах вы меня слушаете, а в дальнейшем всё зависит от того,

как вы будете практиковать. «Учитель подвёл к двери, а самосовершенствование зависит от тебя самого». Если только вы сможете хорошо уразуметь Дафа, будете усердны в его познании, будете стараться всё время сохранять свой Синьсин, неотступно самосовершенствоваться; если вы претерпите страдание из страданий, сможете вынести трудновыносимое, то я считаю, что вы непременно добьётесь полного успеха в самосовершенствовании.

Для совершенствования Гун в душе дорога у тебя.

Дафа безграничен, как море,

страдание – паром для тебя.

Глава IV. МЕТОД ПРАКТИКИ ФАЛУНЬГУН

Фалуньгун является особым методом самосовершенствования системы Будды, но от обычных методов самосовершенствования этой системы отличается своими особенностями. Данный метод является Высшим великим методом для особого усиленного совершенствования, который в прошлом был применим исключительно для практикующего, имеющего крайне высокий Синьсин, или для практикующего с великой природной основой. По этой причине этому методу распространяться было трудно. Но для того чтобы больше практикующих узнали об этой школе и могли повышаться, а также чтобы удовлетворить желания многих людей, у которых есть намерение совершенствоваться, я специально переработал этот метод в комплекс способов самосовершенствования, более подходящий для распространения. Даже с учётом этого, он уже намного превысил учения и уровни обычных методов практики.

Совершенствующиеся по Фалуньгун не только могут быстро усилить сверхъестественные способности и силу Гун, но и в очень короткое время выработать Фалунь, который обладает сверхмощной силой. После своего формирования Фалунь самостоятельно и непрерывно вращается в нижней части живота практикующего, постоянно собирает и преобразовывает энергию из Вселенной, превращая её в Гун в теле практикующего и достигая цели «Закон совершенствует человека».

Данный метод практики состоит из пяти комплексов упражнений: Фо чжань цяньшоу фа (Будда растягивает тысячи рук), Фалуньчжуан фа (Стоячая свая Фалунь), Гуаньтун лянцзи фа (Пронизывание до двух полюсов), Фалуньчжоутянь фа (Небесный круг Фалунь) и Шэньтун цзячи фа (Усиление чудотворства).

4.1. Фо чжань цяньшоу фа (Будда растягивает тысячи рук)

Основа гунфа. Суть упражнения «Будда растягивает тысячи рук» состоит в растягивании и в раскрытии всех каналов тела. Для начинающих заниматься цигун оно помогает за короткое время приобрести ци, а более опытным – быстро повысить свой уровень. Это упражнение позволяет с самого начала открыть все каналы в теле, поэтому практикующий сразу занимается на очень высоком уровне. Великий Дао всегда прост и лёгок для практики. Поэтому хотя движения в этом методе сравнительно простые, но в целом он контролирует многие вещи, вырабатываемые с помощью способов практики в целом. Изучая и практикуя этот комплекс движений, почувствуешь тепло в теле, а также особое ощущение очень сильного поля энергии. Это результат растягивания и пробивания всех проходов ци во всём организме. Цель метода – открыть все каналы и дать возможность ци беспрепятственно циркулировать под кожей и внутри тела, собирая большое количество энергии из Вселенной. Это позволяет практикующему быстро войти в состояние погружения в поле энергии цигун. Как основное и интенсифицирующее упражнение Фалуньгун это упражнение обычно выполняется прежде остальных.

Формула:

Шэнь шэнь хэ-и,
Дун цзин суйцзи;
Дин тянь дущунь,
Цяньшоу Фо ли.

身神合一,
动静随机;
顶天独尊,
千手佛立。

(Тело и душа сливаются воедино,
Движения и статичность определяются механизмом;
Великаном в небо упираясь,
Тысячерукий Будда возвышается).

Подготовительная поза. Всё тело расслабить, но не делать вялым. Ноги на ширине плеч, стоять естественно. Слегка согните обе ноги. Согнутыми должны быть коленные и тазобедренные суставы. Подбородок чуть поджать, кончик языка прижать вверх к нёбу. Между зубами – узкая щель, губы и глаза слегка сомкнуты, на лице – спокойствие и умиротворённость. Во время практики можно почувствовать своё тело большим и высоким.

Ляньшоу цзеинь (Руки в положении цзеинь). Поднять руки ладонями вверх; кончики больших пальцев слегка соприкасаются друг с другом; сомкнуть остальные четыре пальца каждой руки и положить одну руку на другую, образуя овал. У мужчины сверху находится левая рука, у женщины – правая. Расположить руки перед нижней частью живота. Оба плеча чуть вперёд, локти выдвинуть, освободить подмышки (см. фото 1-1).

Милэ шэнь яо (Милэ выпрямляет спину). Начать с положения рук цзеинь. Поднимая сложенные в цзеинь руки, постепенно выпрямить обе ноги. Когда руки поднимутся до уровня лба, разъединить их, поворачивая ладони вверх. На уровне макушки головы ладони обращены вверх, кончики пальцев направлены друг к другу. Расстояние между кончиками пальцев 20–25 см (см. фото 1-2). В то же время поднимать основания кистей рук кверху, толкать голову вверх, ногами давить вниз: всем телом с силой растягиваться примерно 2-3 секунды, затем резко расслабить всё тело. Снова слегка согнуть ноги в коленях и тазобедренных суставах.

Жулай гуань дин (Жулай вливает энергию через макушку). Начинать с предыдущей позы. Одновременно поворачивая руки на 140 градусов во внешнюю сторону, образуя форму «воронки» (см. фото 1-3), выпрямить кисти и опустить руки вниз, обращая ладони к телу. Расстояние

между руками и грудью примерно 10 см. Затем руки опускаются до нижней части живота (см. фото 1-4).

Руки в хэши (Соединение ладоней перед грудью). После того как руки доходят до нижней части живота, и обе кисти рук обращены друг к другу тыльными сторонами, поднимать их вверх. На уровне груди сложить руки в хэши (см. фото 1-5). В хэши нужно плотно прижимать пальцы рук и основания кистей друг к другу, между ладонями при этом образуется полость. Опустите локти, при этом оба предплечья образуют прямую горизонтальную линию. (Во всех приёмах кисти рук должны быть в форме лотоса*, за исключением положений хэши и цзеинь. В последующих комплексах упражнений делать так же.)

Чжан чжи цянью кунь (Руки направлены в небо). Начинать с положения рук хэши. Разъединить ладони и развести их на расстояние примерно двух-трёх сантиметров, одновременно поворачивая их. Мужчины поворачивают левую руку ладонью вниз (женщины – правую), а правую – ладонью кверху; левая рука располагается параллельно над правой (см. фото 1-6). Затем левое предплечье разворачивать налево до уровня макушки ладонью вниз. Правая рука всё ещё остаётся у груди ладонью вверх. Когда левая рука достигнет указанного положения, всё тело выпрямить: тянуть голову вверх, давить ногами вниз. Отвести правую руку немного в сторону (см. фото 1-7). Растягиваться всем телом примерно 2-3 секунды, затем сразу расслабить всё тело. Возвратить левую руку на прежнее место у груди и, соединив её с правой рукой, принять положение хэши. Теперь расположить правую кисть руки над левой (для женщин – левую над правой)

* Положение ладони, при котором большой и средний пальцы слегка согнуты в сторону ладони, а остальные выпрямлены.



Фото 1-1



Фото 1-2



Фото 1-3



Фото 1-4



Фото 1-5



Фото 1-6



Фото 1-7



Фото 1-8



Фото 1-9



Фото 1-10



Фото 1-11



Фото 1-12



Фото 1-13



Фото 1-14



Фото 1-15



Фото 1-16



Фото 2-1



Фото 2-2



Фото 2-3



Фото 2-4



Фото 2-5



Фото 3-1



Фото 3-2



Фото 3-3



Фото 3-4



Фото 3-5



Фото 3-6



Фото 3-7

(см. фото 1-8). Правая рука повторяет движение левой руки, то есть вытянуть её в сторону и вверх до уровня головы ладонью вниз. Держать левую кисть руки перед грудью ладонью вверх. После растягивания (см. фото 1-9) резко расслабиться. Снова вернуть руку к груди и принять положение хэши (см. фото 1-5).

Цзинхоу фэньшэнь (Золотая обезьяна разделяет тело). Начинать с положения хэши. Развести руки в стороны так, чтобы они были на одной прямой на уровне плеч. При этом тянуть голову вверх, давить ногами вниз, с силой растягивать руки в стороны – растягивать тело в четыре стороны примерно 2-3 секунды (см. фото 1-10). Затем резко расслабиться. Принять хэши.

Шуанлун ся хай (Два дракона погружаются в море). Начинать с положения хэши. Разъединить руки, опустить их прямыми вниз перед телом под углом в 30 градусов (см. фото 1-11). Тянуть голову вверх, давить ногами вниз. С силой растягивать всё тело 2-3 секунды. Резко расслабить всё тело. Вернуть руки в прежнее положение и принять хэши.

Пуса фулянь (Бодхисаттва возлагает руки на цветы лотоса). Начинать с положения хэши. Разъединить руки и развести их по бокам тела так, чтобы они располагались под углом к телу примерно в 30 градусов (см. фото 1-12). Тянуть голову вверх, давить ногами вниз, пальцы с усилием тянуть вниз. Резко расслабить всё тело. Вернуть руки на прежнее место перед грудью, приняв положение хэши.

Лохань бэй-шань (Архат несёт на спине гору). Начинать с положения хэши. Разъединяя руки, выпрямить их и отвести назад за тело, поворачивая ладони назад. Когда руки окажутся за спиной, согнуть кисти рук под углом в 45 градусов (см. фото 1-13). Постепенно выпрямить всё тело.

Тянуть голову вверх, давить ногами вниз и тянуть кисти 2-3 секунды, после чего резко расслабить тело. Руки вернуть на прежнее место и сложить их в положение хэши.

Цзинган пай-шань (Ваджра отодвигает гору). Начинать с положения хэши. Разъединив руки, вытянуть их вперёд от себя на уровне плеч с вертикально стоящими ладонями, при этом кончики пальцев рук направлены вверх. Выпрямив руки, тянуть макушку вверх, давить ногами вниз. С силой растягивать всё тело (см. фото 1-14) примерно 2-3 секунды, после чего сразу расслабиться. Принять хэши.

Декоу сяофу (Перекрыть руками нижнюю часть живота). Начинать с положения хэши. Медленно опускать руки вниз, обращая ладони к животу. Дойдя до уровня нижней части живота, скрестить ладони. У мужчин левая кисть руки ближе к телу, у женщин – правая. Расстояние между руками, между рукой и нижней частью живота около 3-х сантиметров. Держать руки в этом положении 40 –100 секунд (см. фото 1-15). Завершить упражнение заключительной позой цзеинь (см. фото 1-16).

4.2. Фалуньчжуан фа (Стоячая свая Фалунь)

Основа гунфа. Данное упражнение «Стоячая свая Фалунь» принадлежит к числу статичных методов и состоит из четырёх движений охвата колеса, плавных движений с паузами, каждая из которых длится довольно долго. Начинающие могут в руках ощутить сначала тяжесть и болезненные ощущения, но после практики обнаружат, что всё их тело расслаблено и не испытывает усталости, как от физического труда. С увеличением времени практики Гун можно почувствовать между руками вращение Фалунь. Постоянное занятие по «Фалуньчжуан фа» позволяет открыть все энергетические каналы в теле и увеличить силу Гун. Стоячая поза Фалунь является всесторонним спосо-

бом самосовершенствования, позволяющим проявиться мудрости, повысить уровень и развить сверхъестественные способности. Движения здесь сравнительно просты, но этим упражнением можно достичь многого. Выполняться движения должны естественно; сознавайте, что делаете. Нельзя раскачиваться, хотя незначительные колебания тела допускаются, однако нужно сдерживать сильные колебания. Как и в других упражнениях Фалуньгун, окончание занятия не означает конца практики. Чем дольше время охвата колеса, тем лучше, но это зависит от возможностей каждого конкретного человека.

Формула:

Шэнхуйи цзэнли,
Жунсинь цингьи;
Сымяо сыу,
Фалунь чуци.

生慧增力,
容心轻体;
似妙似悟,
法轮初起。

(Растёт мудрость и сила,
Легче становятся душа и тело;
И всё кажется прекрасным и понятным,
Восход Фалунь начинается).

Подготовительная поза. Ноги на ширине плеч, стоять естественно. Всё тело расслаблено, но не вялое. Слегка согнуть ноги: расслабить коленные и тазобедренные суставы. Немного втянуть нижнюю челюсть. Кончик языка прижать вверх к нёбу. Оставить небольшую щель между зубами. Мягко сомкнуть губы и прикрыть глаза. На лице спокойствие и умиротворённость. Сложить руки в положении цзеинь (см. фото 2-1).

Тоу цянью бао лунь (Охват колеса перед головой). Начинать с положения цзеинь. Медленно поднять руки, разъединяя их из положения цзеинь. Поднять руки перед головой до уровня бровей, при этом ладони обращены к

лицу. Направить кончики пальцев друг к другу. Расстояние между ними около 15 см. Предплечья и плечи образуют круг. Расслабить всё тело (см. фото 2-2).

Фу цянъ бао лунь (Охват колеса перед нижней частью живота). Медленно опустить руки вниз из положения «охват колеса перед головой» до уровня нижней части живота. Расстояние между кистями рук должно быть около 10 см. В остальном поза остаётся прежней. Локти выдвинуты, подмышки освобождены, ладони обращены вверх. Кончики пальцев друг против друга. Руки образуют круг (см. фото 2-3).

Тоу дин бао лунь (Охват колеса над головой). Начинать с положения «охват колеса перед нижней частью живота». Не изменяя позы, медленно поднять руки над головой и охватить «колесо» над макушкой головы. Кончики пальцев обеих рук обращены друг к другу. Ладони направлены вниз. Расстояние между кончиками пальцев рук должно быть 20 – 30 см. Руки образуют круг. Расслабить плечи, локти, предплечья и запястья (см. фото 2-4).

Лян цэ бао лунь (Охват колеса по обеим сторонам головы). Опустить руки из положения «охват колеса над головой» и расположить их с обеих сторон головы. Ладони обращены к ушам. Предплечья стоят вертикально. Расслабить плечи. Ладони не следует слишком приближать к ушам (см. фото 2-5).

Декоу сяофу (Сложить кисти рук перед нижней частью живота). Опустить руки из позы «охват колеса по обеим сторонам головы» до нижней части живота и скрестить их (см. фото 1-15). Сложить руки в положение цзеинь.

4.3. Гуаньтун лянцзи фа (Пронизывание до двух полюсов)

Основа гунфа. Это упражнение предназначено для смешивания ци и обмена им между Вселенной и человеческим телом. Во время практики большое количество ци выбрасывается из тела и поглощается из космоса. За очень короткое время практикующий может выбросить из своего тела болезненный и чёрный ци и воспринять большое количество ци из Вселенной, чтобы очистить тело и ускорить достижение состояния «молочно-белого» тела. Кроме того, упражнение помогает практикующему «раскрыть» макушку головы и проходы в ступнях.

Прежде чем приступить к упражнению, необходимо представить, что ты стал двумя высокими пустыми цилиндрами, стоящими между небом и землёй, безгранично высокими, гигантскими. Когда руки двигаются вверх, находящийся в теле ци, вырвавшись из макушки головы, устремляется к самому верхнему полюсу Вселенной, а при опускании рук ци, вырвавшись из-под ступней ног, достигает самого нижнего полюса Вселенной. Когда эти энергии возвращаются от полюсов Вселенной, они направляются в противоположные стороны. Попеременно руки надо поднимать и опускать 9 раз.

Поднимая в девятый раз левую руку (у женщин это будет правая рука), задержите её до поднятия правой. Затем опускайте обе руки, посылая ци к нижнему полюсу, а затем через всё тело к зениту, и так 9 раз. После этого руки опускаются до уровня нижней части живота и четыре раза продвигают Фалунь по часовой стрелке (если смотреть на вас спереди), возвращая энергию обратно внутрь тела. В заключение кисти рук складываются в цзеинь, завершая упражнение, но не практику.

Формула:

Цзинхуа бэнтъи.

Фа кай дин дъи;

Синь цы и-мэн,

Тунтянь чэды.

净化本体,

法开顶底;

心慈意猛,

通天彻地。

(Очищается собственное тело,
Закон открывает вершину и низ;
Сердце доброе, намерение решительное,
Пронизываются Земля и Небо).

Подготовительная поза. Ноги на ширине плеч. Стоять естественно. Всё тело расслабленное, но не вялое. Слегка согнуть колени и тазобедренные суставы. Немного втянуть нижнюю челюсть, прижать кончик языка вверх к нёбу. Между зубами – узкая щель. Мягко сомкнуть губы и прикрыть глаза. На лице спокойствие и умиротворённость. Сложить руки в цзеинь, затем в положение хэши (сложить руки вместе перед грудью).

Даньшоу чун-гуань (Прорывание-вливание каждой рукой). Начинать с положения хэши. Поднимайте одну руку и опускайте другую в соответствии с действием цици (энергетического механизма) вне тела. При движении рук ци циркулирует внутри тела вверх и вниз вслед за руками (см. фото 3-1). У мужчин сначала левая рука идёт вверх, у женщин – правая. Когда левая рука медленно поднимается, превышая макушку головы, одновременно правая (у женщин левая) медленно опускается вниз. Руки поднимать и опускать попеременно (см. фото 3-2). Ладони должны быть обращены к телу. Расстояние между руками и телом не должно быть больше 10 см. Всё тело расслаблено. Движение руки вверх и вниз считается одним циклом. Всего выполняется 9 циклов.



Φοτο 4-1



Φοτο 4-2



Φοτο 4-3



Φοτο 4-4



Φοτο 4-5



Фото 4-6



Фото 4-7



Фото 4-8



Фото 4-9



Фото 4-10



Φοτο 5-1



Φοτο 5-2



Φοτο 5-3



Φοτο 5-4



Φοτο 5-5



Φοτο 5-6



Φοτο 5-7



Φοτο 5-8



Φοτο 5-9



Фото 5-10



Фото 5-11



Фото 5-12



Фото 5-13



Фото 5-14



Фото 5-15



Фото 5-16

Шуаншоу чун-гуань (Прорывание-вливание обеими руками). После девятого цикла прорывания и вливания энергии каждой рукой, левая рука (у женщин – правая) находится наверху, пока другая рука не поднимется вверх (см. фото 3-3). Затем опускайте обе руки одновременно (см. фото 3-4).

При прорывании и вливании двумя руками ладони обращены к телу. Расстояние между руками и телом 10 см. Поднимание и опускание обеих рук считаются одним циклом. Всего выполнить 9 таких циклов.

Шуаншоу туйдун Фалунь (Вращение Фалунь обеими руками). После девятого цикла прорывания и вливания двумя руками руки из положения над макушкой опускаются вниз до нижней части живота. Опустив их до уровня нижней части живота, крутить Фалунь обеими руками в этом месте (см. фото 3-5, 3-6, 3-7). У мужчин левая рука (у женщин – правая) находится ближе к телу. Расстояние между кистями рук, а также между кистью руки и телом 2-3 сантиметра. Вращайте Фалунь по часовой стрелке 4 раза (если смотреть спереди), возвращая энергию, находящуюся вне тела, обратно внутрь тела. При вращении Фалуня кисти рук не должны выходить за пределы нижней части живота. Руки перевести в цзеинь (см. фото 1-1).

4.4. Фалуньчжоутянь фа (Небесный круг Фалунь)

Основа гунфа. Упражнение «Небесный круг Фалунь» позволяет энергии в человеческом теле циркулировать по большой площади, а не по одному или нескольким каналам. Циркуляция постоянно происходит со стороны инь тела человека в сторону ян. Это далеко превзошло обычные способы вращения ци по большому и малому Небесному кругу, способствующие циркуляции энергии в каналах. Данное упражнение принадлежит среднему уровню практики Фалуньгун. На основе предыдущих трёх

комплексов, практикуя эти движения, можно очень быстро открыть цимай (каналы ци) во всём теле (в том числе и большой Небесный круг), позволяя энергии проходить через всё тело сверху донизу. Самая большая отличительная черта упражнения «Небесный круг Фалунь» состоит в том, что оно исправляет неправильные состояния тела человека путём вращения Фалунь, чтобы человеческое тело – этот целый микрокосмос – возвратилось в первоначальное состояние, достигая тем самым бесперебойной циркуляции ци в каналах всего тела. Достижение такого состояния говорит о том, что человек уже поднялся на довольно высокий уровень самосовершенствования по мирскому Закону. Тот, кто стал твёрд во всех добродетелях, может начать совершенствование по Дафа. Сила Гун и сверхъестественные способности возрастут необычайно. При выполнении этих движений руки идут по механизму. Движения должны быть плавными, медленными и кругообразными.

Формула:

Сюаньфа чжисюй,
Синьцин сыюй;
Фаньбэнь гуйчжэнь,
Ю-ю сы-ци.

旋法至虚，
心清似玉；
返本归真，
悠悠似起。

(Закон до Великой пустоты вращается,
Душа чиста, как нефрит;
К истоку жизни, к истине возвращаемся,
Покачиваясь, готовы на взлёт).

Подготовительная поза. Ноги на ширине плеч. Стоять естественно. Всё тело расслабленное, но не вялое. Ноги чуть согнуть в коленях и тазобедренных суставах. Слегка втянуть нижнюю челюсть. Мягко сомкнуть губы и прикрыть глаза. Прижать кончик языка вверх к нёбу, между зубами – узкая щель. На лице спокойствие и умиротворённость.

Кисти рук перевести в положение цзеинь, затем в хэши (сложите их вместе перед грудью).

Разъединяя руки из положения хэши, опустить руки вниз к нижней части живота, обращая ладони к телу. Расстояние между руками и телом должно быть около 10 см. Миновав нижнюю часть живота, руки опускаются вниз по внутренним сторонам ног. Одновременно сгибать тело и согнуть ноги (см. фото 4-1). Приближаясь к земле, руки огибают кончики пальцев ног и внешние стороны стоп и пяток (см. фото 4-2).

Далее, сгибая запястья, постепенно поднимать руки вверх от пяток вдоль задних сторон ног (см. фото 4-3). Руки поднимать за спиной, при этом тело выпрямляется (см. фото 4-4). Выполняя упражнение не прикасайтесь руками к каким-либо частям тела – в противном случае энергия обеих рук перейдёт в тело. Когда кисти рук поднимутся на максимально возможную для вас высоту, слегка сжать кулаки (см. фото 4-5), затем переместить руки вперёд через подмышки и скрестить руки перед грудью (нет особого требования к рукам, какая из них находится наверху, а какая – внизу; это зависит от привычки каждого, и в этом отношении нет различий между мужчиной и женщиной) (см. фото 4-6).

Раскрыть полые кулаки и поместить ладони над плечами (ладони не касаются плеч). Перемещать ладони вдоль плеч по внешним сторонам рук к тыльным частям кистей рук. Когда кисти перекрещиваются, ладони располагаются друг против друга. Расстояние между ладонями 3-4 см. Большой палец внешней кисти должен быть обращён вверх а внутренней – вниз. При этом кисти и локти образуют одну прямую (см. фото 4-7). Затем обе руки, словно держа шарик, поворачиваются, в результате чего внешняя кисть руки стала внутренней, а внутренняя – внешней. После этого продвигать кисти по внутренним сторонам противоположного предплечья, одновременно поднимая их вверх, а затем завести за голову (см. фото

4-8). При этом руки над головой перекрещены (см. фото 4-9). Затем развести руки, обращая кончики пальцев вниз, чтобы соединиться с энергией на спине. Далее руки провести параллельно друг другу над головой (см. фото 4-10) и опустить их перед грудью. Таким образом Небесный круг завершён. Выполнить его 9 раз. Закончив упражнение, опустить руки от груди к нижней части живота и перекрыть нижнюю часть живота руками (Декоу сяофу). Затем перевести руки в цзеинь.

4.5. Шэньтун цзячи фа (Усиление чудотворства)

Основа гунфа. Упражнение «Усиление чудотворства» принадлежит к статичным методам самосовершенствования Фалуньгун. Это комплексное упражнение предназначено для усиления сверхъестественных способностей и силы Гун путём вращения Фалунь с использованием мудр Будды. Данное упражнение раньше относилось к числу секретных способов закаливания, недоступных для людей средних способностей. Для того чтобы удовлетворить потребности практикующих, которые обладают определённой основой, я специально раскрыл этот метод совершенствования. Упражнение «Усиление чудотворства» выполняется в сидячей позе с парно скрещенными ногами. Поза с двойным скрещиванием ног всегда предпочтительнее. Можно сидеть, положив стопу одной ноги на бедро другой. Во время практики поток ци очень сильный, и тело окружено большим энергетическим полем. Руки движутся по механизму, поставленному Учителем. Во время упражнения сознание должно оставаться пустым; можно лишь на подсознании мягко сосредоточиться на двух ладонях. Тогда в центре ладони будет ощущаться тепло, тяжесть и онемение, словно держишь что-то тяжёлое. Однако не следует уделять большое внимание этим ощущениям; пусть всё идёт естественным путём. Продолжительность сидения со скрещенными ногами

зависит от уровня практикующего, но общее правило такое: чем дольше, тем лучше. Это зависит от способности терпения. Чем больше времени практикуешь в такой позе, тем интенсивнее упражнение, тем быстрее проявляется Гун. Во время практики ни о чём не надо думать, сидеть без всяких мыслей; постепенно перейти из состояния динамической практики в созерцание, но Главное сознание должно знать, что ты сам занимаешься.

Формула:

Ю-и у-и,

Инь суй цзи ци;

Сыкун фэйкун,

Дун цзин жу-и.

有意无意，

印随机起；

似空非空，

动静如意。

(То мерцает, то исчезает мысль,
Мудра выполняется по механизму.

Словно пустота, но не пустая,

То идёт, то останавливается – всё свободно).

Ляншоу цзеинь (Положение цзеинь). Сидеть со скрещенными ногами. Всё тело расслаблено, но не вялое. Выпрямить спину и шею. Слегка втянуть нижнюю челюсть. Прижимать кончик языка вверх к нёбу. Между зубами – небольшая щель. Губы мягко сомкнуты. Спокойно закрыть глаза. В сердце возникает чувство милосердия, на лице – спокойствие и умиротворённость. Сложить руки перед нижней частью живота и постепенно погружаться в созерцание (см. фото 5-1).

Шоу-инь чжин (первая мудра). Движения в упражнении выполняются по механизму, установленному Учителем. Движения должны быть плавными, медленными и кругообразными. Руки из положения цзеинь медленно поднимать вверх. На уровне лба начинаем поворачивать ладони вверх. Когда ладони обеих рук будут обращены

к небу, тогда руки уже достигли верхней точки (см. фото 5-2). Затем разъединить руки, поворачивая их назад (см. фото 5-3). Делая над макушкой дугу, медленно опускайте руки так, чтобы локти находились как можно ближе к телу и затем расположить их перед головой. Ладони обращены вверх, кончики пальцев – вперёд (см. фото 5-4). Выпрямляя руки в запястьях, скрестить их перед грудью: у мужчин левая рука поверх правой, у женщин – наоборот (см. фото 5-5). После перекрещивания предплечья образуют прямую линию. Кисть, расположенная снаружи, поворачивается во внешнюю сторону ладонью вверх, делая больше чем половину дуги, чтобы ладонь была обращена вверх, а кончики пальцев – назад. (Руки движутся с определённой силой.) Тем временем вторая рука постепенно поворачивается кистью вниз и, опускаясь, полностью выпрямляется. Достигнув нижнего положения, ладонь этой руки поворачивается вверх. Опущенная рука образует с телом угол в 30 градусов (см. фото 5-6).

Шоу-инь чжиэр (вторая мудра). Начинайте с предыдущей позы (см. фото 5-6). Опускайте левую руку, находящуюся над плечом, и поднимайте правую, поворачивая ладонью к телу. Движения такие же, как были описаны выше, лишь руки симметрично меняются местами (см. фото 5-7).

Шоу-инь ччисань (третья мудра). У мужчины правая рука (у женщины – левая) прямая в запястье, ладонь обращена к телу. После перекрещивания рук перед грудью повернуть правую кисть ладонью вниз, и выпрямить эту руку наискось вниз над голенью. Одновременно у мужчины поднимать левую руку (у женщины правую) вверх, поворачивая ладонь к себе. После перекрещивания рук, рука движется в сторону перед левым плечом (у женщины перед правым), поворачивая ладонь. Когда рука доходит до верхнего положения, ладонь обращена вверх, кончики пальцев направлены вперёд (см. фото 5-8).

Шоу-инь чжиси (четвёртая мудра). Поменять положения рук так, чтобы у мужчины левая рука (у женщины правая) была внизу, а правая рука (у женщины левая) – наверху (см. фото 5-9). Движения во всех четырёх вышеописанных жестах должны быть последовательными, без остановки.

Цзя чи цючжуан шеньтун (Усиление чудотворств в форме шара). Начинать с четвёртой мудры. У мужчины верхняя правая ладонь постепенно поворачивается к груди и движется вниз, а левая рука (у женщины – правая) – поднимается. Когда оба предплечья доходят до груди они образуют прямую линию (см. фото 5-10). Развести руки в обе стороны (см. фото 5-11), поворачивая ладони вниз. Когда руки выходят за пределы коленей, развернуть руки на уровне талии параллельно земле. Предплечья и кисти рук – на одном уровне. Расслабить руки (см. фото 5-12). В этой позе находящиеся внутри тела чудотворства передаются рукам, чтобы они там усиливались, образуя чудотворства в форме шара. Во время выполнения упражнения в обеих ладонях чувствуется тепло, тяжесть, онемение, как будто они держат нечто тяжёлое. Но не следует умышленно стремиться к этому, нужно вести себя естественно. В этом положении нужно сидеть долго: чем дольше, тем лучше. Продолжайте практику, сколько сможете.

Цзя чи чжучжуан шеньтун (Усиление чудотворств в форме столба). Далее, обращая ладонь вверх, сгибая запястье, у мужчины правая рука (у женщины левая) движется по направлению к нижней части живота. Одновременно с этим мужчины поднимают левую руку (женщины правую) до уровня нижней челюсти, развернув ладонью вниз. Эта рука поднимается до уровня плеча, ладонь повернута вниз, предплечье и кисть на одном уровне. Обе ладони обращены друг к другу. Сохранять такую позу созерцания как можно дольше (см. фото 5-13). Эта поза предназначена

для укрепления чудотворств в форме столба, таких как «Громовой столб» и др. Оставайтесь в ней как можно дольше. Затем верхняя рука по дуге опускается вниз и вперёд до нижней части живота. Одновременно с этим нижняя рука поднимается вверх, а ладонь поворачивается вниз. Эта рука доходит до нижней челюсти и находится на уровне плеча (см. фото 5-14). Ладони обращены друг к другу. Это ещё одна поза для укрепления чудотворств в форме столба, но она является зеркальным отражением предыдущей. Остаться в такой позе как можно дольше.

Цзингун сюлянь (Спокойное совершенствование). Начинать с предыдущей позы. Верхняя рука по дуге опускается до нижней части живота. Руки соединить в цзеинь (см. фото 5-15). Погрузиться в состояние спокойного совершенствования. Совершенствоваться в этом положении надо долго: чем дольше, тем лучше.

Заключительная поза: сложить руки в хэши (см. фото 5-16). Выйти из медитации и распрямить ноги.

Некоторые основные требования и положения в практике Фалуньгун

1. Пять комплексов упражнений Фалуньгун можно практиковать либо последовательно, либо выборочно. Обычно сначала выполняют первый комплекс и повторяют его трижды. Однако можно начинать и с других комплексов или практиковать каждый из них отдельно.

2. Каждое движение нужно выполнять точно и ритмично. Руки должны двигаться вверх и вниз, вперёд и назад, влево и вправо плавно, медленно и кругообразно, не слишком быстро, но и не слишком медленно.

3. Занимайтесь практикой под контролем своего Главного сознания. Фалуньгун совершенствует Главное сознание.

Намеренно не раскачивайтесь. Контролируйте себя при раскачивании. При необходимости откройте глаза.

4. Расслабьте всё тело, особенно колени и тазобедренные суставы. Если стоять слишком жёстко, движение энергии по каналам будет затруднено.

5. Выполняя упражнения, следите, чтобы движения были расслабленными и естественными, открытыми и простыми, уверенными, но мягкими, с некоторой силой, но без жёсткости и напряжённости – тогда результат будет наилучшим.

6. Завершение каждого упражнения означает конец движений, но не практики. Вам нужно только соединить кисти рук, и это означает конец движений. Не завершайте практику намерением-мыслью, поскольку Фалунь никогда не прекращает своего вращения.

7. Слабые и больные могут практиковать в соответствии со своим физическим состоянием. Они могут заниматься меньше времени или выбрать более лёгкие упражнения. Можно практиковать, сидя со скрещенными ногами вместо того, чтобы выполнять динамические упражнения. Однако практика не должна прерываться.

8. Место, время и ориентация тела относительно основных направлений не имеют особого значения для практики. Однако лучше, если место будет чистым и спокойным.

9. Все упражнения практикуются без намерения-мысли, чтобы не было отклонений. Не смешивайте Фалуньгун с другими методами практики. В противном случае Фалунь будет искажён.

10. Если вам во время практики действительно не удаётся достичь состояния покоя, вы можете повторять имя Учителя. Со временем вы приобретёте способность входить в это состояние.

11. Во время практики могут возникнуть некоторые испытания. Они предназначены для того, чтобы вы погасили свою карму. У всех есть карма. Когда почувствуете дискомфорт, не считайте, что заболели. Чтобы

разрушить карму и подготовить путь к совершенствованию, испытание может прийти в начале и быстро.

12. На начальной стадии, если вы не можете сидеть со скрещенными ногами, практикуйте, сидя на краю стула; в такой позе ваши упражнения могут быть столь же эффективными. Но постепенно вы как практикующие должны научиться выполнять упражнения в позе со скрещенными ногами. Со временем вы несомненно достигнете успеха.

13. Если во время статического упражнения у вас в сознании возникают какие-то картины или сцены, не обращайтесь на них внимания и продолжайте занятие. Если вы увидите что-то страшное или почувствуете угрозу, просто скажите себе: «Я защищён Учителем Фалуньгун. Мне нечего бояться». Вы можете продолжать практику, повторяя имя Учителя Ли.

Глава V. ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ

5.1. Фалунь и Фалуньгун

Ученик: Из чего состоит Фалунь?

Учитель: Фалунь является природным духом, состоящим из веществ высокой энергии. Он сам умеет преобразовывать Гун и существует не в нашем пространстве.

Ученик: Как выглядит Фалунь?

Учитель: Я лишь могу сказать, что цвет Фалунь золотистый, и в нашем пространстве нет такого цвета. Внутренний круг – ярко-красного цвета, внешний круг – оранжевый. Два тайцзи с красной верхней и чёрной нижней частями принадлежат школе Дао, два тайцзи с красной верхней частью и синей нижней частью принадлежат школе Изначального Великого Дао, и это разные вещи. Цвет золотистый. Человек, небесное око которого находится на низком уровне, видит его как вращающийся вентилятор. Практикующий, который может увидеть его чётко, отметит, что Фалунь довольно красивый, и это вдохновит его быть более усердным.

Ученик: В каком месте находится Фалунь изначально и в каком месте будет потом?

Учитель: Фактически я дал каждому лишь один Фалунь. Он находится в нижней части живота, то есть там, где закаляют дань, где концентрируют внимание на дань, и Фалунь не меняет своего местоположения. Многие могут видеть, как вращаются многочисленные Фалуни. Моё Тело Закона во время регулировки твоего тела использует эти Фалуни, находящиеся вовне.

Ученик: Можно ли получить Фалунь, занимаясь упражнениями? Сколько можно получить? Чем отличается полученный таким способом Фалунь от Фалуни, который даёт Учитель?

Учитель: Выполняя упражнения, можете получить Фалунь. С возрастанием силы Гун количество Фалуней становится всё больше и больше. Все Фалуни одинаковые, просто Фалунь в нижней части живота не перемещается, он является корнем.

Ученик: Как можно ощутить существование и вращение Фалунь?

Учитель: Не нужно ощущать. Некоторые чувствительные люди могут почувствовать вращение Фалунь. В начальный период, когда я только поместил в тебя Фалунь, ты мог почувствовать некоторый дискомфорт: болел живот, что-то шевелилось, был жар и т. д. Когда привыкаешь, эти ощущения исчезают. Но те, у кого есть гуннэн, могут его видеть. Ты не будешь его чувствовать, как, например, не чувствуешь желудка, который тоже находится в движении.

Ученик: Направление вращения Фалуня на схеме отличается от его изображения на билетах учеников (я имею в виду первый и второй циклы лекций в Пекине). Фалунь, изображённый на билетах на эти лекции, вращается против часовой стрелки. Почему?

Учитель: Это потому, что я хочу вам дать некоторые хорошие вещи. Вращаясь против часовой стрелки, он регулирует всем организм. Вот почему он не вращается по часовой стрелке. Вы можете увидеть его вращение.

Ученик: В какой момент Учитель даёт каждому ученику Фалунь?

Учитель: Скажу всем: некоторые наши ученики занимались многими гунфа, поэтому трудно очистить их организм и вывести из хаотического состояния. Надо оставить хорошее, отбросить плохое, то есть необходим дополнительный процесс. Только после этой очистки можно вкладывать Фалунь. Надо вкладывать Фалунь того размера, который соответствует уровню ученика. Некоторые

никогда не занимались, но у них неплохая природная основа, поэтому на моих курсах путём регуляции устраняются их болезни; после этого они выходят из уровня закалки ци и входят в молочно-белое состояние. Вот тогда можно вкладывать Фалунь. У многих очень плохое здоровье, и они всё время находятся в процессе регуляции. Разве можно вкладывать Фалунь, если тело ещё не урегулировано хорошо? Его не получает только небольшая часть занимающихся. Ничего, я вложил механизмы ци, с помощью которых образуются Фалунь.

Ученик: Как надеть Фалунь?

Учитель: Фалунь не «надевают». Я испускаю Фалунь и вкладываю его в вашу нижнюю часть живота, но это происходит не в нашем пространстве, а в другом пространстве. Ведь у тебя в нижней части живота есть кишечник, и что было бы, если бы Фалунь вращался в этом пространстве, в котором находится кишечник? Он находится в другом материальном пространстве и не соприкасается с этой твоей стороной.

Ученик: Учитель, будете ли Вы давать Фалунь на следующих курсах?

Учитель: Ты получил только один Фалунь. Некоторые почувствовали, что вращается много Фалуней; это используют Фалунь вне твоего тела для регулирования твоего организма. Наш гунфа отличается самой большой особенностью: при испускании энергии Фалунь выходят один за другим, вереницей. Таким образом, когда ты не занимаешься упражнениями, многие Фалунь вращаются в твоём теле, регулируя твой организм. Фалунь, который фактически дан тебе, находится в нижней части живота.

Ученик: Если не заниматься упражнениями, Фалунь исчезнет? Сколько времени Фалунь может существовать?

Учитель: Если ты рассматриваешь себя как практикующего, поступаешь по высказанным мной требованиям к

Синьсин, но не занимаешься упражнениями, он не может исчезнуть, наоборот, твой Гун возрастёт. Но если ты больше всех занимаешься упражнениями, но не поступаешь согласно моим требованиям к Синьсин, то, скорее всего, занимаешься упражнениями зря. Хотя выполняешь упражнения, но это не будет играть никакой роли. Несмотря на то каким Гунфа ты занимаешься, если не поступаешь как требуется, то, скорее всего, ты занимаешься по еретическому методу. Если в твоей голове одни плохие мысли, – например, «Почему тот такой плохой? Когда у меня появится гуннэн, я накажу его», – и если ты даже изучаешь Фалуньгун, а при выполнении упражнений вкладываешь эти вещи, не поступаешь по моим требованиям к Синьсин, то разве это не равносильно занятию по еретическому методу?

Ученик: Учитель, вы часто говорите, что «Фалунь не купишь даже за 100 миллионов юаней». Что это значит?

Учитель: Это значит, что он крайне ценный. Я дал вам не только Фалунь, но и некоторые вещи, которые обеспечивают вашу практику; все они ценные, их не приобрести и за тысячу золотых монет.

Ученик: Если опоздал, можно ли получить Фалунь?

Учитель: Если ты пришёл на курсы не позже, чем за три дня до их окончания, то твой организм будет отрегулирован, к тому же получишь Фалунь и другие вещи. Если пришёл в последние три дня, то трудно сказать. Но твой организм также будет отрегулирован, но нелегко будет вложить в тебя вещи; возможно, у тебя хорошая природная основа, тогда можно будет их вложить.

Ученик: Фалунь исправляет неправильное состояние организма человека. Это один такой способ?

Учитель: Не совсем так, что Фалунь исправляет. Учитель исправляет многими способами.

Ученик: В каких доисторических условиях был создан Фалуныгун?

Учитель: Я думаю, что этот вопрос крайне обширный, очень высокий, превышает пределы того, что должны знать на нашем уровне, и здесь об этом рассказывать нельзя. Но есть один важный момент: все должны понять, что это не цигун буддизма, это цигун системы Будды, это не буддизм. Однако у нас, как и в буддизме, есть одна и та же цель; отличие состоит только в том, что разные школы идут разными путями, но цели одинаковы.

Ученик: Насколько Фалуныгун древний?

Учитель: Гунфа, которым я занимался, отличается от комплекса вещей, который я передал. Фалуны, который я закалял, мощнее того, который передал; скорость возрастания Гун также была быстрее, чем в данном комплексе. Несмотря на это комплекс Гунфа, который я передал, позволяет очень быстро расти Гун, поэтому требования к Синьсин практикующих особенно строгие и высокие. Прежде чем я стал передавать эти вещи, они были систематизированы; требования в них не так высоки, но выше, чем в обычных методах; они отличаются оригинальными вещами, поэтому говорю, что я их создатель. Что касается того, насколько велика история Фалуныгун, то время до начала его публичного распространения не надо учитывать. Я начал распространять его с мая прошлого (1992) года на северо-востоке, и ты можешь говорить, что он начал распространяться с мая прошлого года.

Ученик: Когда мы слушаем лекции, что Учитель может нам дать?

Учитель: Фалуны дан всем. Существует Фалуны для самосовершенствования, также существуют Фалуны для регулирования организма, к тому же есть моё Тело Закона, которое заботится о тебе; у каждого есть это, лишь бы ты занимался Фалуныгун. Если ты не занимаешься, Тело

Закона, естественно, не заботится о тебе, и если даже послать его к тебе, оно не пойдёт. Моё Тело Закона знает, о чём ты думаешь, чётко знает.

Ученик: Сможет ли Фалуньгун помочь мне достичь Полного Совершенства?

Учитель: Великий Закон безграничен. Даже если достигнешь уровня Жулай – это ещё не конец. У нас истинный Закон. Ты совершенствуйся! Получишь только истинный Плод.

5.2. Принципы занятий и метод практики

Ученик: Приехав домой, некоторые люди после выполнения большого Небесного круга стали во сне летать по небу, причём видели это ясно. Почему так?

Учитель: Я скажу всем, что при сидении в созерцании или во сне у тебя могло появиться такое явление, и это не сон; это Юаньшэнь вылетел из тела, и это категорически не одно и то же, что и сон. Во сне не может быть видно так чётко и конкретно. Когда Юаньшэнь вылетает из тела, ты можешь чётко увидеть и ясно запомнить всё, что встречаешь; запомнить, как поднимаешься в воздух.

Ученик: После того как Фалунь деформировался, каков будет негативный результат?

Учитель: Это означает, что Фалунь отклонился, и он перестанет действовать, причём это может принести много хлопот. Это похоже на то, что ты не идёшь этим Великим путём, а вышел на развилку и заблудился, поэтому встретишь хлопоты; к тому же всё это может отразиться в обществе обычных людей.

Ученик: Когда в семье занимается Фалуньгун один человек, как ему быть с домашней средой? Будет ли Фалунь дома?

Учитель: Многие из присутствующих увидели, что дома

есть Фалунь, и члены семьи начали также получать пользу. Мы говорили, что в одно и то же время, в одном и том же месте существуют многие пространства, и твой дом тоже не исключение. Способ решения обычно такой: убираются плохие вещи, потом устанавливается покров, и никакая плохая вещь не сможет войти.

Ученик: При выполнении упражнений ци проникает в очаги болезни, чувствую боль и разбухание. Из-за чего это?

Учитель: Болезнь является массой чёрной энергии. После того как в начале курсов я её рассеял, ты чувствуешь, что в месте очага болезни – опухоль, однако она утратила корень, распространяется наружу, скоро выйдет, и тогда болезнь исчезнет.

Ученик: После курсов в течение нескольких дней болезней не было, однако потом бывшие болезни снова появились. Почему так?

Учитель: Потому, что уровень этого Гун повышается очень быстро. Один уровень он проходит за такое короткое время, что ты даже не почувствуешь. На самом деле болезни излечены. Последующие симптомы являются «суровыми испытаниями», о которых я говорил. Ты внимательно почувствуй: это состояние отличается от бывших состояний во время твоих болезней. Если ты обращаешься к другим мастерам цигун, чтобы они тебя вылечили, то они не смогут. Это реакция кармы на возрастающий Гун.

Ученик: Нужно ли принимать лекарства при занятии практикой?

Учитель: Этот вопрос уразумевайте сами. Если при занятии практикой принимаешь лекарства, значит, не веришь, что занятия практикой могут излечить болезни. Иначе, зачем ты принимаешь лекарства? Однако если ты не поступаешь по требованиям Синьсин, то при возникновении проблем будешь говорить, что Ли Хунчжи не разрешает

принимать лекарства. Однако Ли Хунчжи велел тебе в отношении Синьсин строго требовать от себя. Ты так поступал? В организме настоящих совершенствующихся по Дафа – не вещи обычных людей, поэтому не позволяют, чтобы у них появились болезни, которыми заболевают обычные люди. Если твоё сердце праведное, веришь, что занятия практикой помогут выздороветь, прекратишь принимать лекарства, не обращаешь внимания, не лечишься, тогда тебя вылечат. Здесь у нас день за днём всё становится лучше и лучше, приятнее. Почему так? У многих в организме есть мои Тела Закона, которые входят и выходят, трудятся, помогают тебе выполнить эти дела. Если у тебя в душе нестабильно: с одной стороны, занимаешься практикой; а с другой стороны, не веришь или хочешь просто попробовать, тогда ты ничего не получишь. Верить в Будду или нет, это зависит от твоего уразумения, от природной основы. Если Будда появится здесь, и его можно будет чётко увидеть человеческими глазами, тогда люди пойдут учиться, и не будет существовать вопроса об изменении мышления. Тебе сначала надо поверить, а потом сможешь увидеть.

Ученик: Некоторые хотят попросить Учителя и его учеников излечить болезни, это можно?

Учитель: Главная цель моего прихода – это не излечение болезней. Некоторые люди должны заболеть. Некоторые никак не поймут, о чём я говорю, поэтому не буду много объяснять. Метод практики системы Будды широко спасает живых существ, может лечить других. Когда мы лечим других, то делаем это для распространения метода. Я пришёл недавно, популярность невелика, и многие меня не знают. Когда я стал бы передавать Гун, наверное, никто не пришёл бы. С помощью консультаций можно показать всем хороший реальный эффект, то есть мы занимались распространением, но не с намерением лечить болезни. Специально лечить болезни с помощью высокого

Гун не допускается. Нельзя заменять мирской закон сверхмирским Законом. Это будет изменять состояние вещей, поэтому иногда эффект от лечения нехороший. Чтобы нести ответственность за практикующих, необходимо отрегулировать их организм до степени отсутствия болезней, чтобы потом они могли совершенствоваться на высокий уровень. Если ты всё время думаешь о своих болезнях, вообще не думаешь о занятии практикой – если даже ты не говорил этого, но моё Тело Закона ясно знает твои мысли, – тогда в конце концов ты ничего не получишь. На курсах мы уже всем отрегулировали тела, и, конечно, ты, прежде всего, должен быть практикующим. Если я ещё потом буду лечить от болезней да ещё брать за это деньги, то это не годится, такого мы не делаем. Если твои болезни не излечены, то это проблема уразумения. Конечно, не исключая таких случаев, когда у некоторых есть тяжёлые болезни, и, возможно, эффект излечения у них не очень чётко проявляется, но на самом деле результат очень эффективный. Может быть, за один раз невозможно хорошо отрегулировать тело, но мы старались; совсем не означает, что относимся к тебе безответственно, просто болезни слишком серьёзные. Вернувшись домой, ты занимайся, а мы будем продолжать лечить тебя, пока не вылечим. Но таких случаев мало.

Ученик: Как можно войти в покой при выполнении упражнений? Если при выполнении упражнений думать о трудных задачах в работе – это привязанность или нет?

Учитель: Обычно надо равнодушно относиться к личным интересам, удерживать состояние чистого и спокойного сердца. Если ты подготовлен к тем испытаниям, которые будут, то, когда суровые испытания придут, они не станут для тебя суровыми. Обычно они появляются внезапно, и, если ты твёрдо и бесповоротно решил отдаться самосовершенствованию, то обязательно пройдёшь их, и только таким образом будет виден уровень твоего Синьсин.

Когда твои привязанности оставлены, Синьсин повышается; если отброшены обида и привязанность к борьбе с другими, мысли не находятся в хаосе, тогда и можно говорить о силе созерцания. Если ты всё-таки неспокоен, то представь себя другим человеком, считай, что эти мысли не твои. Пусть они, как бушующее море, пусть бурлят, как угодно, – ты отстранись, а они пусть бурлят. Некоторые говорят, что надо повторять имя Будды или считать цифры, – всё это разные методы практики. Мы не требуем мысленно наблюдать за выполнением упражнений, но ты должен знать, что ты занимаешься упражнениями. Трудные задачи в работе не относятся к личным выгодам, это не привязанность, это хорошее дело. У меня есть знакомый монах, который понимает вещи, относящиеся к самосовершенствованию. Он является настоятелем храма, и у него много дел, но, когда он садится в позу созерцания, сразу как отрезает их, может не думать – это тоже Гун. На самом деле, если по-настоящему заниматься упражнениями, то не нужно ни о чём думать, не должно быть никаких корыстных сердец и нечистых мыслей. Если дела по работе ты можешь не смешивать с личными, то можешь хорошо поступать.

Ученик: Что делать, когда при выполнении упражнений появляются мысли о плохом?

Учитель: Когда выполняешь упражнения, иногда появляется много плохих мыслей, ведь все только начали заниматься, и не может быть, чтобы сразу достигли очень высокого уровня; сейчас не будем предъявлять к тебе таких высоких требований. Нереально заставить тебя вообще не думать о плохих вещах. Добиваемся этого постепенно. Вначале так можно, но тебе нельзя относиться к себе снисходительно. Со временем твоё мышление может повыситься, и тогда надо будет предъявлять к тебе высокие требования, ведь ты начал совершенствоваться по Дафа. После этих курсов ты перестал быть обычным

человеком: вещи, которые находятся в твоём организме, весьма особенные, поэтому надо предъявлять высокие требования к твоему Синьсин.

Ученик: При выполнении упражнений чувствую, что голова и нижняя часть живота вращаются; чувствую, что в груди тяжело. Что это значит?

Учитель: Это на начальном этапе вращается Фалунь. Потом вряд ли будет такое ощущение.

Ученик: Что делать, если при выполнении упражнений привлекаются мелкие животные?

Учитель: При занятии любым методом можно привлечь мелких животных, просто не обращай на них внимания. Ведь в хорошем энергическом поле, особенно это касается метода системы Будды, в Гун существует фактор, определяющий широкое спасение живых существ. Когда наш Фалунь вращается по часовой стрелке, он спасает практикующего, а когда вращается против часовой стрелки, спасает живых существ. И этот процесс вновь повторяется. Таким образом, все вещи вокруг нас получают пользу.

Ученик: При выполнении Гуаньтун лянцзи фа (Метод «Пронизывание до двух полюсов») движение руки вверх и вниз считается за один раз? При выполнении Фо чжань цяньшоу фа (Метод «Будда растягивает тысячи рук») до того, как вытянул руки, нужно ли представлять себя очень высоким?

Учитель: Если каждая рука выполнила движение по одному разу, то это и считается за один раз. При выполнении Фо чжань цяньшоу фа ты также можешь чувствовать себя высоким и большим, даже не воображая этого. Тебе нужно просто иметь мысль о том, что возвышаешься великаном до небес; стоять и всё. Не нужно всё время в мыслях гнаться за чем-нибудь – это привязанность.

Ученик: Не могу в созерцании сидеть в полном «лотосе», что делать?

Учитель: Если не можешь сидеть в «лотосе», можно сидеть на краю стула, эффект такой же. Но ты являешься совершенствующимся, поэтому обязательно должен закалять свои ноги, необходимо сидеть в «лотосе». Чтобы тренировать свои ноги, сиди на краю стула, но в конце концов надо сидеть в «лотосе».

Ученик: Что делать, если члены семьи совершают нехорошие дела, не соответствующие принципу «Истина-Доброта-Терпение»?

Учитель: Члены твоей семьи не практикуют Фалуныгун – это ничего. Самое главное – совершенствоваться, ты сам совершенствуйся. Не надо так сложно мыслить, надо быть мягким, больше работать над собой.

Ученик: В жизни иногда совершаю ошибки и потом очень сожалею, но такое опять повторяется. Это означает, что уровень Синьсин низкий?

Учитель: Ты задал такой вопрос, и это подтверждает, что твой Синьсин повысился, что ты смог осознать это. Когда обычные люди совершают ошибки, они не осознают их. Это означает, что ты превысил обычных людей. В первый раз ошибся, Синьсин не выдержал – здесь нужен процесс. В следующий раз при встрече с проблемой ты можешь повыситься.

Ученик: Сможет ли достичь состояния «Сбор трёх цветков на макушке» человек в возрасте 40 – 50 лет?

Учитель: Наш метод является методом совершенствования и души и жизни независимо от возраста. Если ты занимаешься от всего сердца, требуешь от себя по Синьсин, о котором я говорил, тогда будет такое явление: непрерывно занимаешься, непрерывно продлевают твою жизнь. В таком случае разве тебе не хватит времени для

практики? Однако есть одно «но», особенно касающееся метода совершенствования и души и жизни. Когда твоя жизнь продлена, то при возникновении проблем по Синьсин ты сразу подвергаешься опасности, потому что жизнь продлена для практики. Если Синьсин отклонится, сразу появится опасность для жизни.

Ученик: Как управлять «силой, содержащейся в мягкости»?

Учитель: Это нужно тебе самому ощутить. Например, когда мы выполняем «большую мудру», руки выглядят мягкими, но на самом деле нужна сила для её выполнения. Между предплечьем и пальцами сила большая, но выглядят мягко, а на самом деле сила очень большая. Такова «сила, содержащаяся в мягкости». Когда я для всех выполняю мудру, даю всем эту вещь. Ты постепенно ощутишь её во время выполнения упражнений.

Ученик: Правда ли, что отношения между мужчиной и женщиной могут быть, а могут и не быть? Нужно ли молодым разводиться?

Учитель: Раньше говорили о сексуальном вопросе. На данном уровне тебе не велели быть монахом, монахиней; это ты сам хочешь быть монахом или монахиней. Самое главное – оставить это сердце! Оставить те сердца, которые не можешь оставить. Для обычных людей – это желание; нам нужно отбросить его, относиться к этому равнодушно. Некоторые гонятся именно за этим, вся их голова заполнена этим, и даже перешли черту допустимого для обычного человека; как практикующий ты тем более не должен быть таким. Ты занимаешься, а члены твоей семьи не занимаются, поэтому жить нормальной жизнью на нынешнем этапе разрешено. Когда достигнешь высокого уровня, ты сам узнаешь, как быть.

Ученик: Можно ли при сидении в созерцании спать? Иногда кома продолжается минуты три. Не понимаю, в чём дело?

Учитель: Спать нельзя. Как можно спать при выполнении упражнений? Если при сидении в созерцании хочется спать – это влияние дьявола. Кома, о которой ты говоришь, не может возникнуть. Может быть, ты неправильно выразился? Находился без сознания три минуты – это ничего. У тех, у кого сила созерцания большая, бывает состояние без сознания, но нельзя находиться в нём долгое время.

Ученик: *Достигнут ли Полного Совершенства те, кто решил его достичь? Что делать, если природная основа не очень хорошая?*

Учитель: Смотрим только на то, есть ли у тебя решимость; самое главное – насколько велика твоя решимость. Что касается тех, у кого природная основа не очень хорошая, всё-таки смотрю на твою решимость и уразумение.

Ученик: *Можно ли заниматься упражнениями при простуде и высокой температуре?*

Учитель: Я говорю, что после курсов у тебя нет болезней. Ты, наверное, не веришь. Мои ученики иногда вроде бы простудились, температура... В чём же дело? Это прохождение испытания, отражение того, что пора повысить уровень, и они понимают это. Не обращай внимания, и всё само пройдёт.

Ученик: *Могут ли беременные женщины заниматься Фалуньгун?*

Учитель: Конечно, потому что Фалунь вложен в другом пространстве. Наш метод практики не имеет резких движений, не влияет на беременных женщин и приносит их организму только пользу.

Ученик: *Когда Учитель уедет от нас, скажется ли расстояние?*

Учитель: У многих есть такая мысль о том, что делать, когда Учителя не будет в Пекине? Если ты занимаешься

другим методом практики – то же самое. Учитель не может каждый день следить за тобой. Закон я передал всем, принципы передал всем, этому комплексу упражнений обучил всех. Дал тебе целый комплект вещей – всё зависит от того, как ты совершенствуешься. Нельзя так сказать, что когда я рядом с тобой, то всё гарантировано, если меня нет рядом, то нет гарантии. Возьмем, к примеру, учеников в буддизме. Шакьямуни нет на свете более 2000 лет, но разве они не следуют за ним, разве не занимаются всем сердцем? Поэтому заниматься или нет – это твой вопрос.

Ученик: Когда занимаешься Фалуньгун, будет ли отказ от пищи (Бигу)?

Учитель: Не будет, потому что метод Бигу относится к самосовершенствованию по Великому Дао, он существовал ещё до появления Будды, Дао и религий. Такой метод обычно относится к самосовершенствованию в одиночестве. Ведь в то время не было монастырей, люди находились на склонах гор, и некому было давать им пищу; при самосовершенствовании требовалось самозаключение, нужно было не двигаться от полугода до года, поэтому использовали такой метод. Когда мы сегодня совершенствуемся, этого не требуется, потому что такой особый метод самосовершенствования применялся в таких весьма особых условиях, и это не какой-то гуннэн. Некоторые обучают Бигу, а я говорю, что если люди во всём мире перестанут есть, это нарушит состояние общества обычных людей, это станет проблемой. Если никто не будет есть, то разве это человеческое общество? Так нельзя, это не годится.

Ученик: Какого уровня можно достигнуть, занимаясь этими пятью комплексами упражнений?

Учитель: Этих пяти комплексов упражнений тебе хватит, чтобы достичь очень высокого уровня. Конечно, какого уровня ты хочешь достигнуть, ты сам поймёшь, когда придёт время. Гун безграничен, поэтому, когда ты действительно

достигнешь такого этапа, тогда у тебя появится такая предопределённая связь, и ты сможешь получить Великий Закон на более высоком уровне.

Ученик: Закон закаляет человека, Фалунь постоянно враждует, можно ли не заниматься упражнениями?

Учитель: Занятие упражнениями отличается от практики в храмах. В храме фактически надо думать в сердце о самосовершенствовании, нужно сидеть в позе созерцания, также нужно закалять гунфу. Нельзя говорить, что без выполнения упражнений хочешь только вырастить Гун, который появится у тебя над головой. В таком случае являешься ли ты практикующим? У каждого комплекса гунфу есть комплект передаваемых вещей, которые обязательно нужно вырабатывать выполняя упражнения.

Ученик: Человек, который занимается другим методом практики, говорит, что метод практики, в котором нет мыслей, не является методом практики. Правда ли это?

Учитель: Одни так говорят, другие иначе – много разных вариантов, но никто не говорит так, как я тебе рассказал о Дафа. В системе Будды говорится, что закон деяния не может находиться на высоком уровне; закон деяния не имеет в виду движение, ведь когда человек сидит в созерцании, то цзеинь также является движением; поэтому дело не в масштабе движений. Деяние или недеяние содержится в твоих мыслях и стремлениях. Если есть мысли, стремления, то это привязанности, деяние. Вот что имеется в виду.

Ученик: Синьсин и Дэ не равны. Вы говорите, что количество Дэ определяет уровень, а также говорили, что какой высоты достигнет Синьсин, такой высоты и Гун. Не противоречит ли это друг другу?

Учитель: Ты, наверное, неясно расслышал. В Синьсин входят многие вещи, в том числе и Дэ. Сюда входят терпение,

способность переносить горе, уразумение, отношение к противоречиям и т. д. Всё это относится к Синьсин, в том числе эволюция Гун и Дэ – это вещи в широком смысле. Количество Дэ не определяет высоты твоего Гун, а обозначает то, насколько Гун возрастет у тебя в будущем. Дэ превращается в Гун после того, как в испытаниях повысится Синьсин.

Ученик: Если члены одной семьи занимаются разными методами практики, будут ли они мешать друг другу?

Учитель: Не будут. Но я не знаю, будут ли они оказывать влияние друг на друга. Нашему Фалуньгун никто не может помешать. В то же время ты приносишь им пользу, потому что мы совершенствуемся по праведному закону, и не может быть отклонений.

Ученик: Сейчас в обществе распространяются разные поверья, например, какие-то «золотые цепочки» и другое. Как относиться к ним?

Учитель: Я скажу всем, что это – исключительно обман людей. Ты не отвечай ему на письма, это просто глупости, не обращай на них внимания. Сразу видно, праведные ли эти вещи. Наш Закон имеет строгие требования к самосовершенствованию Синьсин. Я называю некоторых мастеров цигун торговцами от цигун, они делают цигун товаром, источником дохода. Такие люди ничему не могут научить. Даже если и есть какие-то вещи, но они не могут быть на высоком уровне, а некоторые вещи еретические.

Ученик: Что делать ученику Фалуньгун, если он исповедовал буддизм? Надо бросить?

Учитель: Он не имеет отношения к нам. Хотя ты исповедовал буддизм, но это формальность.

Ученик: После того как у нас несколько человек начали заниматься, они почувствовали, что их голова кружится и разбухает.

Учитель: Это, наверное, новые ученики, организм которых ещё недостаточно отрегулирован. Энергия, которую я испускаю, очень мощная. Когда болезненный ци выходит, может быть ощущение разбухания головы. Если чувствуешь разбухание головы, значит, в твоей голове устраняют болезни, и это хорошее дело. Если сильно устраняем, то и реакция сильная. Когда мы проводили семидневные курсы, некоторые не могли выдержать. Если срок ещё короче, то могут возникать проблемы. Испущенная энергия очень мощная, реакция очень сильная, поэтому невозможно выдержать состояние разбухания головы. Видимо, десятидневные курсы более безопасные. У тех, кто пришёл позже, реакция сильнее.

Ученик: Можно ли курить и выпивать при закалке Гун? Что делать, если по работе нужно выпивать?

Учитель: По этому вопросу моё мнение такое: мы занимаемся Гун по системе Будды, и надо прекратить выпивать. Если долго не пьёшь, то желание может возникнуть снова – бросай постепенно. Но не надо затягивать этот процесс, иначе получишь наказание! Что касается курения, я считаю, что всё зависит от силы воли. Если ты захочешь бросить, то сможешь сделать это. Обычные люди часто думают: «С сегодняшнего дня я бросаю курить». Но через несколько дней уже не могут выдержать. Некоторое время спустя вспомнил и снова бросил. И таким образом никак не может бросить. Обычные люди живут в мирском обществе, в котором между людьми бывает такое общение. Однако ты должен помнить, что ты не обычный человек, что начал совершенствоваться. Если есть воля, то можно достичь цели. Конечно, среди моих учеников некоторые продолжают курить. Они могут бросить, но когда другие предлагают закурить, им становится неудобно, и они закуривают. Если два дня не курили, то им становится тяжело. Но когда снова начали курить, им так же тяжело. Обязательно надо контролировать себя! Некоторые зани-

маются установлением связей в обществе, и им нужно часто вместе с гостями выпивать – эту проблему трудно решить. Сделай всё возможное, чтобы пить меньше, или подумай, как решить эту проблему!

Ученик: Когда не видишь вращения Фалунь и, например, подумаешь о его вращении по часовой стрелке, может ли это повлиять на Фалунь, который вращается против часовой стрелки?

Учитель: Фалунь сам вращается, и не нужно, чтобы ты вёл его мыслью. Ещё раз подчеркиваю, что не требуется ведение мыслью, и мысли не могут управлять им. Не думай, что если ты мысленно управляешь им, то он будет вращаться в противоположную сторону. Фалунь в нижней части живота не подвергается воздействию мысли. Что касается Фалуней, которые вне тела и регулируют организм, то, если ты дашь им задание вращаться, они могут принимать твои мысли – тебе может так показаться. Я скажу тебе: ты так не поступай, нельзя искусственно закалять Гун. Если закаляешь искусственно, тогда разве это не человек закаляет Гун? Должно быть так, что Фалунь закаляет, Закон закаляет человека. Почему всё время не можешь оставить свои мысли? В любом методе, даже в Дао, на высоком уровне не существует ведения мыслью.

Ученик: В какое время, в каком месте, в какую сторону, повернувшись лицом, следует заниматься Фалуньгун, чтобы получился наилучший эффект? Сколько раз заниматься? Заниматься перед едой или после, имеет ли это значение?

Учитель: Поскольку Фалунь круглый, он представляет собой Вселенную в миниатюре, закаляет по принципам Вселенной, причём Вселенная движется, поэтому Закон закаляет человека. Когда ты не занимаешься Гун, он закаляет тебя, что отличается от теорий всех пространённых методов практик. Мой метод, в котором

Закон закаляет человека, уникальный. Все другие методы практики идут по пути формирования дань, искусственно закаляют Гун, накапливают дань. Нам этого не нужно. По нашему методу практики заниматься Гун можно в любое время. Когда ты не занимаешься Гун, то Гун закаляет тебя. Не нужно выбирать время. Если времени больше, то больше занимайся, меньше – меньше занимайся. В нашем методе к этому относятся не строго, но у нас строгие требования к Синьсин. В нашем методе практики не обращают внимания на ориентацию по сторонам света, можно стоять лицом в любую сторону. Ведь Вселенная вращается, движется. Когда ты стоишь лицом на запад, это не значит, что там запад. Когда ты стоишь лицом на восток, также не значит, что там восток. Когда я требую от учеников стоять лицом на запад, то просто, чтобы выразить уважение, а на самом деле, это не играет никакой роли. Заниматься Гун можно в любом месте: дома, на улице – можно везде. Но я считаю, что лучше найти место, где среда и воздух лучше, особенно надо быть подальше от грязных мест, например, помоек, туалетов и т. д. Всё остальное не имеет значения. При самосовершенствовании по Дафа не обращают внимания на время, место и направление. Можно заниматься как перед едой, так и после. Но если ты переел, тебе будет тяжело сразу заниматься упражнениями и лучше немного отдохнуть. Когда ты голодный, желудок урчит, и трудно войти в созерцание. Решайте соответственно своему состоянию.

Ученик: Какие требования после занятий упражнениями? Нужно ли «умываться сухим способом»?

Учитель: После выполнения упражнений мы не боимся холодной воды или чего-то другого, также не нужно мыть лицо или руки «сухим способом». Всё это применяется на начальном этапе для открытия точек и каналов человеческого организма. У нас в самосовершенствовании по Дафа нет таких вещей, сейчас не тот этап, на котором

изменяется только человеческий организм. Обычным людям трудно стать практикующими, при этом некоторые методы практики не могут непосредственно изменять человеческий организм, у них некоторые требования очень сложные. У нас нет такого, нет таких методов. Тебе не надо обращать внимания на то, о чём я не говорил, ты только занимайся. Поскольку мы совершенствуемся по Дафа, такой период, когда твой организм на начальном этапе боится того или другого, или требует того или этого, пройдёт за несколько дней. Я не говорю, что в других методах практики такое длится годами, но это почти так. Я не говорю о вещах на низком уровне, таких как направление, каналы и другое. Мы рассказываем о вещах на высоком уровне. В самосовершенствовании по Дафа по-настоящему закаляется Гун, это закалка, а не тренировка.

Ученик: Можно ли сразу после выполнения упражнений ходить в туалет? Если в моче много пузырей, это произошла утечка ци?

Учитель: Нет проблем. Мы как практикующие находимся на высоком уровне. Действительно, когда ходишь в туалет, выводится энергия, но такое небольшое количество энергии ничего не значит и ни на что не влияет. При практике по Дафа ещё нужно широко спасать живых существ, и на эту энергию не стоит обращать внимания. То, что мы получим, гораздо больше её. Испущенная мной энергия очень мощная, и на стенах остаётся много вещей.

Ученик: Можно ли пропагандировать Фалуньгун? Можно ли обучать упражнениям тех, кто не слушал лекций? Могут ли те, кто не слушал лекций, на консультационных пунктах заниматься упражнениями? Допустимо ли посылать кассеты и книги родственникам и друзьям, которые живут в других регионах?

Учитель: Широкое распространение нашего метода практики для того, чтобы больше людей получили пользу,

не приведёт к отклонению. Я рассказал вам о многих Законах, чтобы вы знали их, чтобы узнали о вещах на высоких уровнях, увидели вещи на высших уровнях. Заранее рассказал для того, чтобы потом не было непонимания, когда ты их увидишь или встретишься с ними. Ты можешь других учить упражнениям, но ты не можешь вложить Фалунь. Что делать? Я сказал, что если ты не от всего сердца занимаешься упражнениями, то моё Тело Закона уйдёт от тебя. Если ты по-настоящему занимаешься упражнениями, то Тело Закона будет заботиться о тебе. В связи с этим, когда ты обучаешь кого-то упражнениям, ты имеешь переданную мной информацию, механизм ци, с помощью которых образуется Фалунь. Если человек, которого ты учишь, хочет заниматься, то у него образуется Фалунь. Если есть predetermined связь и природная основа хорошая, то он может получить Фалунь сразу. Наша книга написана очень подробно, и, если даже никто не обучает тебя, тоже можно хорошо учиться.

Ученик: Обращают ли в Фалуньгун внимание на дыхание? Как отрегулировать дыхание?

Учитель: Занимаясь Фалуньгун, не нужно регулировать дыхание, и мы не обращаем внимания на дыхание; это вещи метода практики низкого уровня, и нам они не нужны, потому что регулировать дыхание нужно для того, чтобы закалять дань, «прибавить ветер и огонь», использовать «обратное дыхание», «естественное дыхание», глотать слюну – всё это для закаливания дань. Мы не закаляем этого. Всё, что тебе нужно, выполняет Фалунь. Некоторые более сложные и высокие вещи выполняются Телом Закона Учителя. В любом методе практики, особенно в системе Дао, они рассказывают очень подробно, но это вырабатывается не самим человеком. На самом деле это эволюционирует и преобразовывает для человека Высший учитель данной школы, человек просто не знает об этом. Вы сами не можете этого сделать, это может делать только

человек, который достиг открытия Гун и просветления.

Ученик: При выполнении упражнений существуют ли мысли? Куда направлять мысли?

Учитель: У нас не надо концентрироваться на какой-нибудь мысли, никогда не требовали от вас сосредоточиться на какой-то мысли. Надо, чтобы ты оставил эту привязанность, не требуется никакой мысли. В третьем комплексе упражнений две ладони несут ци, чтобы он дошёл до двух полюсов. Как только подумаешь, сразу получается, и о другом не надо думать.

Ученик: Сбор энергии – это то же самое, что и сбор ци?

Учитель: Зачем нам собирать ци? Мы совершенствуемся по Дафа, и в будущем не выпускаем ци. То, что мы закаляем, это не ци низкого уровня; то, что ты выпускаешь, является светом. Сбором энергии занимается Фалунь, и не нужно, чтобы мы сами занимались этим. Но, например, в Гуаньтун лянцзи фа (Метод «Пронизывание до двух полюсов») ци не собирается, а на самом деле пронизывает тело; кроме того, этот метод может играть роль сбора энергии, но это – не главная цель. Что касается того, как собирать ци, то в самосовершенствовании по Дафа стоит махнуть рукой и сразу чувствуешь большое давление над головой, так как сразу приходит много ци. Но зачем нужен ци? Не нужно специально собирать энергию.

Ученик: Существуют ли в Фалуньгун такие вещи, как «закладка фундамента за сто дней» и «зародышевое дыхание»?

Учитель: Всё это относится к очень низкому уровню, и мы этим не занимаемся. Мы давно прошли тот нестабильный начальный период.

Ученик: Существует ли в Фалуньгун достижение баланса между инь и ян?

Учитель: Всё это относится к закалке ци, является вещами низкого уровня. Когда ты вырвешься из уровня ци, то для твоего тела больше не требуется достижения баланса между инь и ян. Независимо от того каким методом практики ты занимаешься, если только по-настоящему получил истинное обучение учителя, обязательно, когда преодолеешь низкий уровень, необходимо отбросить всё, чем ты занимался раньше, это всё будет не нужно! На новом уровне нужно закалять комплект новых вещей. На следующем уровне снова закалять комплект новых вещей, вот так.

Ученик: Можно ли заниматься упражнениями во время грозы? Могут ли громкие звуки помешать занятиям Фалуньгун?

Учитель: Приведу пример для всех. Раньше, когда я в Пекине в одном дворе обучал учеников, собирался дождь, и был сильный гром. Тогда они занимались Гун, который я передаю только своим последователям. Они выполняли «подвижную позу» над Фалунем. Я увидел, что скоро будет дождь, а ученики ещё не закончили заниматься, и тогда дождь в это время вообще не смог пойти. Низкие облака плыли над зданиями, был сильный гром, и небо было очень тёмным. Вдруг молния ударила по кругу Фалунь, но нам вообще не помешала. На земле остался чёткий след, но все остались невредимыми. Это говорит о том, что наш метод практики безопасен. Обычно я занимаюсь упражнениями независимо от погоды. Когда хочу, тогда и занимаюсь. Есть время, то занимаюсь и не боюсь звуков. В других методах практики боятся звуков, потому что если в глубокой тишине неожиданно возникнет громкий звук, у них будет ощущение, что все ци в теле прямо как бы взорвались, – вылетают за пределы тела, испуская свет. Для нас это всё ничего не значит, в нашем методе практики не может быть отклонений. Конечно, для занятия упражнениями лучше найти тихое место.

Ученик: Нужно ли думать об образе Учителя?

Учитель: Не нужно. Когда твоё небесное око открыто, ты можешь увидеть, что моё Тело Закона рядом с тобой.

Ученик: Какие требования предъявляются к выполнению этих пяти комплексов упражнений? Нужно ли заниматься всем вместе? Можно ли про себя считать до девяти? Если сделаешь больше девяти раз или ошибёшься в движениях, будет ли противоположное воздействие?

Учитель: Можно выполнять любое из пяти упражнений. Я думаю, что начинать занятия лучше с первого комплекса, потому что он служит разминкой для организма. Когда ты выполнишь его один раз, организм получит достаточную разминку, и эффект от занятий другими упражнениями будет лучше. Если времени больше, то больше занимайся, меньше – меньше занимайся. Можно выбрать для выполнения одно из упражнений. Третий и четвертый комплекс выполнять по 9 раз; в книге написано, что можно считать «про себя». Приехав домой, ты можешь попробовать так: пусть твой ребёнок рядом считает, а ты выполняешь упражнения. Когда ты выполнил упражнение 9 раз, то больше не сможешь ощутить механизма ци, потому что таковы эти мои вещи. Вначале можно считать мысленно, а когда привыкнешь, естественно перестанешь это делать. Если произошла ошибка в движениях, или сделал их больше или меньше, то просто исправь.

Ученик: Почему есть завершение упражнений, но нет окончания практики?

Учитель: Фалунь автоматически вращается, он мгновенно понимает, что ты перестал выполнять упражнения. Его энергия очень большая, мгновенно может привлечь обратно те вещи, которые ты испустил, и это лучше, чем любая намеренная остановка. Но он не останавливает Гун, а просто возвращает энергию обратно. В других методах практики остановились, значит, остановились. В нашем ме-

тоде практики всё время закаляются, даже если прекратил занятия, всё равно закалка продолжается, поэтому невозможно остановить. Хочешь остановить Фалунь? Не получится. Если расскажу глубже, ты не поймёшь. Если бы ты остановил его, то и у меня он тут остановился бы. Разве ты сможешь остановить то, что есть у меня?

Ученик: Можно ли заниматься в позе цзеинь и хэши также, как выполнять упражнение в позе «Стоячая свая»?

Учитель: Нельзя выполнять первый комплекс упражнений Фо чжань цяньшоу фа (Метод «Будда растягивает тысячи рук») как упражнение «стоячая свая». К тому же если слишком сильно растягиваешься, то будут проблемы.

Ученик: При выполнении упражнений подмышки должны быть пустыми? Когда выполняю первый комплекс, чувствую в подмышках напряжение. Почему так?

Учитель: Наверное, у тебя есть болезни? В начальный период, когда изменяем твой организм, наблюдаются те или иные явления, симптомы, но их вызывает не Гун.

Ученик: Могут ли в парке с учениками выполнять упражнения те, кто не слушал лекций Учителя Ли?

Учитель: Могут. Ученики могут учить других упражнениям. Когда ученики обучают других Гун, у них это происходит не так, как у меня. Я непосредственно регулирую весь организм. Также есть такие люди, которые как только начали заниматься, сразу получили Фалунь, потому что за спиной учеников есть мои Тела Закона, которые могут непосредственно это сделать. Это зависит от predetermined связи. Если predetermined связь большая, то сразу можно получить Фалунь. Если она не большая, то путём длительных занятий упражнениями постепенно также может образоваться такой мистический механизм, и далее с помощью этого механизма образуется Фалунь.

Ученик: Какое значение имеет мудра в статическом гун-фа Шэньтун цзячи фа (Метод «Усиление чудотворств»)?

Учитель: Это невозможно объяснить нашим языком, каждое движение многозначно. Общий смысл таков: я готов к выполнению упражнений, я готов заниматься по Закону Будды, я хорошо подготовил тело и войду в состояние закалки Гун.

Ученик: Когда достигаешь молочно-белого состояния, открыты ли все биологически активные точки? Образовано ли «дыхание организма»?

Учитель: Вы почувствуете. Вы все прошли этот уровень. Чтобы мне отрегулировать ваш организм до молочно-белого состояния, нужно проповедовать Закон более 10 часов, более сокращать время нельзя. В других методах практики тебе нужно закаляться свыше 10 лет или несколько десятков лет или ещё больше. Я же сразу доведу тебя до такого уровня, потому что достижение этого уровня не предъявляет требований к Синьсин, а зависит от способностей Учителя. Ты ещё не успел почувствовать, а этот уровень уже прошёл; может быть, он продолжался несколько часов. Однажды ты заметил, что стал чувствительным, но скоро перестал ощущать. На самом деле тобой был пройден большой уровень. В других методах практики такое состояние продолжается год или несколько лет. Всё это относится к вещам низкого уровня.

Ученик: Когда находишься в автобусе или стоишь в очереди, можно думать об упражнениях Фалуньгун?

Учитель: В нашем методе практики нет мыслей, также нет требований к тому, сколько времени надо заниматься каждый день. Конечно, чем дольше занимаешься, тем лучше. Когда ты не занимаешься, Гун всё равно тебя закаляет. Однако в начальный период нужно заниматься больше, усилить его. У некоторых учеников была такая ситуация, когда они были заняты делами в командировке 1-2 месяца

и не выполняли упражнений. После возвращения вообще не было никаких последствий – Фалунь так же вращался, потому что он никогда не останавливается. Если ты всегда думаешь, что являешься практикующим, удерживаешь Синьсин, то он может играть такую роль. Следует отметить, что если ты не делаешь упражнений, снова смешиваешься с обычными людьми, тогда он исчезнет.

Ученик: Можно ли одновременно заниматься по Фалуньгун и по школе тантризма?

Учитель: В школе тантризма тоже есть колёса закона, но заниматься им одновременно с нашим методом практики нельзя. Если твои колёса закона образованы по школе тантризма, то ты можешь заниматься по школе тантризма, ведь тантризм также является праведным законом, но нельзя заниматься им параллельно. Колёса закона в тантризме вырабатывают срединный канал и вращаются в горизонтальной плоскости. Эти колёса закона отличаются от наших Фалуней, на этих колесах есть заклинания. Наш Фалунь располагается в нижней части живота вертикально, плоскостью наружу. В нижней части живота ровно столько места, чтобы поместилось одно моё колесо. Если бы поместили ещё одно, то оно помешало бы.

Ученик: Когда занимаешься Фалуньгун, можно ли ещё заниматься другими методами системы Будды? Можно ли слушать аудиозаписи Гуаньинь? Если буддисты, не принявшие пострижения, практикуют по буддизму и начали заниматься Фалуньгун, могут ли они читать сутры? Можно ли совмещать занятия с другими методами практики?

Учитель: Я думаю, что нельзя. Каждая школа является методом практики. Если по-настоящему совершенствоваться, а не лечить болезни и укреплять организм, то необходима полная преданность одному направлению самосовершенствования, и это серьёзный вопрос. На высшем уровне необходима полная преданность одному

направлению самосовершенствования – это абсолютная истина. Нельзя смешивать даже несколько школ системы Будды. Переданный нами метод практики находится на высоком уровне, и он передаётся уже долгое время; нельзя опираться на свои ощущения. В другом пространстве процесс его эволюции чрезвычайно сложен и таинственен. Например, точный аппарат сразу испортится, если ты извлечёшь «родную» деталь и вставишь в него деталь другого прибора. В методе практики то же самое: в него ничего нельзя примешивать, иначе непременно произойдёт отклонение. Во всех методах практики так. Если ты отдаёшься самосовершенствованию, то необходима полная преданность одному направлению самосовершенствования. В противном случае, ты совсем не сможешь совершенствоваться. Некоторые говорят, что надо брать всё лучшее из различных школ, брать что угодно. Это теория на уровне лечения болезней и укрепления организма, которая не может привести тебя на высший уровень.

Ученик: Будет ли влияние друг на друга, если делать упражнения рядом с людьми, которые занимаются по другому методу практики?

Учитель: Всё равно каким методом практики он занимается, например, Гун системы Дао или Гун просветленных, или Гун системы Будды, лишь бы это был праведный закон; он не будет влиять на нас, и мы также не будем влиять на него. Когда он перед тобой выполняет упражнения, ему будет это полезно, потому что Фалунь является природным духом и может автоматически помочь; это не закалка дань.

Ученик: Можно ли просить других мастеров цигун отрегулировать организм? Будет ли влияние от прослушивания выступлений других мастеров цигун?

Учитель: Я думаю, что после этих курсов все почувствуют,

каким стал их организм, ведь через некоторое время у тебя уже не может быть болезней. Когда возникнут проблемы, которые, могут быть похожими на простуду, или болезнь в животе, то на самом деле будет уже совсем другое, это будет испытанием, проверкой. Если ты обращаешься к другим мастерам цигун, то ты не уразумеваешь, не веришь в мои слова. Ты стремлением привлечёшь нехорошую информацию, которая помешает тебе в самосовершенствовании. Если у мастеров цигун Гун с нечистым духом, ты можешь привлечь эту вещь. Что касается слушания выступлений, то ситуация такая же. Когда хочешь слушать, разве это не стремление? Этот вопрос ты должен сам уразуметь, это вопрос Синьсин, и я не буду вмешиваться. Если кто-то передаёт закон высокого уровня, обращает внимание на Синьсин, то это допустимо. Ты участвовал в моих курсах, и твой организм с трудом отрегулирован. Информация в твоём организме была хаотичной, в организме всё было запутано; сейчас всё отрегулировано, плохое убрано, хорошее сохранено. Конечно, я не против того, чтобы ты занимался по другому методу практики. Если ты чувствуешь, что Фалуньгун не хороший, можешь учиться другому методу практики. Но я думаю, что учиться разным вещам тоже нельзя. Ты начал совершенствоваться по Дафа, Тело Закона рядом с тобой. Получив высшую вещь, ты хочешь вернуться обратно к низкой!

Ученик: Если занимаюсь Фалуньгун, можно ли учиться другим методам практики, например, массажу, самообороне, методу «один палец Чань», тайцзицюань? Если не делать их упражнений, можно ли только читать их книги?

Учитель: Учиться массажу, самообороне можно. Но когда нужно быть злым, ты почувствуешь неловкость. «Один палец Чань», тайцзицюань относятся к цигун. Если будешь ими заниматься, то вложишь в себя их вещи, а мои вещи в твоём теле чистые. Если читать книги о повышении Синьсин, то это можно. Но некоторые авторы книг делают вы-

воды, ещё не поняв этих вещей, и они приведут твои мысли в хаос.

Ученик: Во время Тоу цянь бао лунь («Охват колеса над головой») руки иногда касаются друг друга. Это допустимо?

Учитель: Не должны касаться, мы требуем, чтобы между руками было расстояние. Когда касаешься, энергия в руках может вернуться обратно.

Ученик: Когда выполняю второй комплекс упражнений, руки не могут выдержать. Можно ли их опустить и потом опять продолжить?

Учитель: Заниматься Гун тяжело. Как только твои руки начнут ныть, и ты опустишь их, то значит, всё было впустую. Требование таково: чем дольше, тем лучше, но нужно учитывать свои силы.

Ученик: Почему в полном лотосе женщины должны сначала класть правую ногу на левую?

Учитель: При выполнении упражнений необходимо учитывать один важный фактор. Женский организм отличается от мужского, поэтому практикующая должна работать над собой, учитывая свой организм; преобразовывая себя, нужно учитывать физические особенности женщин, и тогда будет эффект. Женщины обычно левой ногой поддерживают правую, что соответствует их физическим особенностям. Мужчина делает наоборот, так как основа у него другая.

Ученик: Во время выполнения упражнений можно ли слушать кассеты или музыку, или произносить формулы?

Учитель: Если есть хорошая музыка системы Будды, можно слушать её. Но если по-настоящему заниматься упражнениями, никакая музыка не нужна, потому что нужна сила созерцания. Аудиозаписи слушают с той целью, чтобы одна мысль заменила десять тысяч мыслей.

Ученик: По Гуаньтун лянцзи фа (Метод «Пронизывание до двух полюсов») нужно расслабляться или напрягаться?

Учитель: В методе «Пронизывание до двух полюсов» требуется стоять естественно, расслабиться, не нужно напрягаться, как в первом комплексе упражнений. В отличие от первого упражнения во всех других упражнениях нужно быть расслабленным.

5.3. Совершенствование Синьсин

Ученик: Я хочу поступать в соответствии с принципом «Истина Доброта Терпение», но вчера во сне ругался с другими, ругались мы очень сильно. Я хотел терпеть, но не выдержал. Это помогают мне повышать Синьсин?

Учитель: Конечно, да. Мы уже рассказали, что такое сон, вы сами уразумевайте. Случаи для повышения Синьсин возникают внезапно, возникают, не дожидаясь момента, когда ты будешь готов. Только без мыслительной подготовки можно увидеть, хороший человек или плохой.

Ученик: В принципе «Истина Доброта Терпение» означает ли «Терпение», что надо терпеть всё, независимо от того правильно это или нет?

Учитель: «Терпение», о котором я говорю, относится к тем вопросам, которые касаются твоих личных интересов, чтобы путём устранения твоих привязанностей повышать твой Синьсин. На самом деле, «Терпение» – не плохое дело, даже для обычных людей не плохое дело. Расскажу одну историю. Хань Синь, главнокомандующий, с детства занимался ушу. В то время те, кто обучался ушу, всегда ходили с мечом. Однажды он шёл по улице, и один негодяй, подбоченившись, преградил ему дорогу. «Зачем тебе меч? Ты осмелишься убить человека? Если осмелишься, то отруби мою голову, – с этими словами тот подставил ему шею. – Раз ты не осмеливаешься меня убить, то проползи между моими ногами». Хань Синь действительно прополз

у него между ног – он обладал большой силой терпения. Некоторые считают терпение слабостью. На самом деле, терпеливый человек имеет сильную волю. Что касается правильности дела, то нужно смотреть, соответствует ли оно по-настоящему принципам Вселенной. Ты считаешь себя невиноватым в каком-то деле, считаешь, что другие обидели тебя, но на самом деле ты не знаешь истинной причины этого. Ты заявляешь: «Я знаю, что это произошло из-за мелочи». Я говорю о другом принципе, который не виден в нашем пространстве. Скажу в шутку, возможно, ты задолжал ему в прошлой жизни. А как ты можешь определить, правильно это или ошибочно? Мы должны, прежде всего, терпеть. Разве можно сначала других обидеть, а потом терпеть? Нельзя сердиться на того, кто по-настоящему обидел тебя. Тебе не только надо терпеть, но и благодарить его. Он поругал тебя, пожаловался учителю на тебя, а ты в душе должен благодарить его. Ты говоришь: «Разве это не “AQ”?» Это твоё мнение. Если ты повёл себя не так, как он, тогда твой Синьсин повысился. В этом пространстве он приобрёл, но разве не так, что в другом пространстве он кое-что тебе отдал? Твой Синьсин повысился, чёрное вещество преобразовалось. Здесь имеется три пользы. Почему бы не поблагодарить его? С позиции обычных людей понять это трудно, но я рассказываю не обычным людям, а практикующим.

Ученик: Благодаря повышению Синьсин те, у кого нет нечистого духа, могут избежать его, а что делать тем, у кого есть нечистый дух? Как избавиться от него?

Учитель: «Одна справедливость восторжествует над всем злом». Сегодня ты получил Дафа. Если потом злой дух принесёт тебе какую-нибудь выгоду, ты можешь отказаться. Когда он принесёт тебе деньги, славу и выгоду, ты радуешься: «Какой я способный», – и показываешь себя перед людьми. А когда ты чувствуешь себя плохо, тебе это не нравится и обращаешься к Учителю за помощью. Когда

он принёс тебе выгоду, почему ты принял её? Тогда нельзя вмешиваться, потому что ты получил выгоду, которую он дал тебе. Нельзя только получать пользу. Тебе надо самому отказаться. Если злой дух даже предлагает тебе выгоду, ты всё равно должен отказаться и только совершенствоваться согласно требованиям Учителя. Когда ты в праведном состоянии, и душа тверда, то он уже будет бояться. Когда он предлагает тебе выгоду, а ты отказываешься, то ему придётся уйти. Иначе, он будет совершать плохое дело, и тогда я смогу вмешаться: махну рукой, и его тут же не станет. Но если ты хочешь приобрести выгоду, тогда не получится.

Ученик: Можно ли привлечь нечистого духа во время занятия упражнениями в парке?

Учитель: Я не раз говорил вам, что мы совершенствуемся по праведному Закону, праведное сердце восторжествует над всем злом! В самосовершенствовании по праведному Закону твоя душа чиста и праведна, и никто не придёт. Фалунь является необыкновенной вещью. Нехорошие вещи не только сами не придут, но и будут бояться, если ты подойдёшь к ним. Если не веришь, иди заниматься упражнениями в другое место, они и там будут тебя бояться. Если я назову количество людей, за которыми стоят нечистые духи, вы испугаетесь. У многих есть нечистые духи. Когда добился цели излечения болезни и укрепления организма и всё-таки продолжаешь заниматься, что ты хочешь получить? Когда душа неправедна, возникают такие проблемы. Но эти люди не виноваты, ведь они не понимают этого принципа. Цель моего прихода включает также исправление всех этих ошибочных вещей.

Ученик: Какие гуннэн могут появиться в будущем?

Учитель: Я не хочу говорить об этом, потому что у каждого своя ситуация, поэтому трудно сказать. На этом уровне появляются одни, на другом уровне – другие.

Самое главное – каков твой Синьсин на каждом уровне. Когда в этой стороне привязанность устранена, то здесь появляются гуннэн. Но если у тебя появляются гуннэн, то непременно на начальном этапе, и они не могут быть высокого уровня. Когда Синьсин невысокий, не можем дать тебе гуннэн высокого уровня. Но на наших курсах есть такие, у которых хорошая природная основа, и у них появилась способность «быстрые ноги», или способность не мокнуть под дождём. У некоторых появилась способность перемещения материального предмета.

Ученик: Под совершенствованием Синьсин и устранением всех привязанностей не подразумевается ли достижение «пустоты» системы Будды и «небытия» системы Дао?

Учитель: «Пустота» системы Будды и «небытие» системы Дао не могут охватывать Синьсин или Дэ, о которых мы говорим; наоборот, всё это включено в наш Синьсин.

Ученик: Будда вечно является Буддой?

Учитель: Человек, постигший Дао путём самосовершенствования, после достижения просветления относится к Просветлённым, то есть к высшим живым Существам. Но нет гарантии, что он никогда не сделает плохого дела. Конечно, на том уровне обычно ты не можешь сделать плохого дела, потому что видишь истину. Но если всё-таки совершил плохое дело, тоже упадёшь. Если всегда совершаешь хорошие дела, тогда будешь находиться там вечно.

Ученик: Кто такой человек с великой природной основой?

Учитель: Это определяется несколькими моментами: во-первых, его природная основа очень хорошая; во-вторых, у него высокое уразумение; в-третьих, очень большое терпение; в-четвертых, привязанности небольшие, он равнодушно относится к мирским вещам. Таков человек с великой основой от природы. Очень трудно найти человека с великой природной основой.

Ученик: Если человек, не имеющий великой природной основы, занимается Фауньгун, появится ли у него Гун?

Учитель: У человека, не имеющего великой природной основы, тоже появляется Гун, потому что у каждого человека есть Дэ. Полного отсутствия Дэ быть не может, нет такого человека. Если у тебя нет белого вещества, тогда есть чёрное вещество. Путём практики Гун чёрное вещество может преобразоваться в белое, просто необходим ещё один такой процесс. Во время занятий ты перенёс страдания, повысил Синьсин; ты отдал, и тогда у тебя появляется Гун. Закалка – это предварительное условие, потом Тело Закона Учителя преобразует для тебя Гун.

Ученик: Когда человек родился, его судьба определена, но можно ли изменить её, если постараться?

Учитель: Конечно, можно. Твоё старание также предусмотрено, без него не обойдёшься, ведь ты обычный человек. Но существенные вещи не изменишь.

Ученик: Когда небесное око не открыто, как определить, хорошая или плохая получена информация?

Учитель: Тебе нелегко определить это. В самосовершенствовании существует много испытаний для Синьсин. Тело Закона защищает тебя, чтобы твоя жизнь не подверглась угрозе. Когда возникают некоторые вещи, оно вряд ли будет вмешиваться, так как необходимо, чтобы ты их сам проходил, решал, уразумевал. Могут появиться некоторые нехорошие информации. Например, тебе назовут номер, по которому сегодня можно получить главный приз. Может быть, правильно, а может быть, и нет; или скажут тебе о других делах. Всё зависит от твоих поступков. Когда сердце праведное, зло не пройдёт. Если ты сможешь удержать Синьсин, то нет проблем.

Ученик: Когда настроение нестабильное, можно ли делать упражнения?

Учитель: Когда настроение нехорошее, то сядешь и не сможешь войти в созерцание. В мыслях одни нехорошие дела. Ведь занятия упражнениями содержат информацию. Когда в голове мысли о плохих вещах, то при выполнении упражнений они примешиваются, и таким образом ты непреднамеренно занимаешься еретической практикой. Может быть, твой Гун передан известным мастером, может быть, высшим Учителем или живым Буддой тантризма, но ты поступаешь не строго по его требованиям к Синьсин, тогда это не его Гун, хотя он тебя и обучал. Подумайте, когда ты занимаешься в позе «Стоячая свая», то очень устаёшь, но голова очень активна: «Почему тот человек на работе такой плохой? Почему он жалуется на меня? Какими способами можно повысить зарплату? Сейчас цены поднимаются, и мне нужно больше купить». Таким образом разве ты искусственно, бессознательно не занимаешься еретическим методом практики? Поэтому когда настроение нехорошее, лучше не заниматься.

Ученик: *Какая норма существует для «крайне высокого Синьсин»?*

Учитель: Синьсин нужно совершенствовать, нет норм, всё зависит от твоего уразумения. Если обязательно говорить о нормах, то при выполнении любого дела подумай: как бы поступил Просветлённый? Выдающиеся люди, конечно, отличаются, но они всё-таки являются примером для обычных людей.

Ученик: *Можно ли сомневаться в отношении докладов и выступлений разных мастеров цигун? Что делать, когда встретили обманщиков?*

Учитель: Необязательно. Сначала тебе надо посмотреть, о чём он рассказывает? Сам решай, встретил ты обманщика или нет. Хорошим или плохим является мастер цигун, можно оценить по его уровню Синьсин. Каков уровень Синьсин человека, такова и высота его Гун.

Ученик: Каким образом устранять карму, то есть, как говорится в буддизме, уничтожать карму?

Учитель: Занятия упражнениями – это само по себе устранение кармы. Лучше всего повышать свой Синьсин, преобразовывая чёрное вещество в белое, то есть в вещество Дэ, и затем преобразовать Дэ в Гун.

Ученик: Какие заповеди в Фалуньгун?

Учитель: Большинство из того, что запрещают в буддизме, у нас тоже запрещено. Но мнения разные. Мы не монахи, нам надо жить среди обычных людей, поэтому здесь разные вещи. К некоторым вещам просто достаточно относиться равнодушно. Конечно, с возрастанием Гун, когда достигнешь крайне высокого уровня, требования к твоему Синьсин также сильно возрастут.

5.4. Небесное око

Ученик: Когда Учитель проповедовал Закон, я увидел в трёх футах над головой Учителя золотое световое кольцо, а за спиной – много золотых колец, по размеру равных голове человека.

Учитель: Уровень небесного ока у этого человека уже не низок.

Ученик: Когда Ваши ученики для лечения людей брызгали на них изо рта вином, то я видел, как от брызг исходил золотой свет. Что это?

Учитель: Я же говорю, что этот человек достаточно хорошо занимается: он увидел выпущенный гуннэн.

Ученик: Когда у ребёнка небесное око открыто, окажет ли это какое-то влияние на него? Когда небесное око открыто, то энергия вытекает?

Учитель: Детям до шести лет легко открыть небесное око. Если ребёнок не выполняет упражнений, при открытом

небесном оке энергия вытекает. Обязательно нужно, чтобы дома кто-нибудь занимался Гун. Лучше позволить ему раз в день смотреть, чтобы небесное око не закрылось, при этом вытекает не слишком много энергии. Ребёнку лучше самому заниматься упражнениями. Чем больше пользуешься, тем больше вытекает. Это не влияет на их физический организм, а оказывает влияние на самые основные вещи. Но если хорошо поддерживать его, то не будет влияния. Я только что говорил о детях, а не о взрослых. Когда у некоторых людей небесное око открыто, то это не значит, что надо бояться утечки энергии. Оно открыто, и ты не боишься испускать энергию, хотя вещей на высоком уровне не видишь. Однако существуют и такие, которые могут увидеть что-то на высоком уровне. Тело Закона или другие великие учителя дают энергию, и тогда нет проблем.

Ученик: Увидел, что в теле Учителя появился золотистый свет, и ещё тень Учителя, но всё мгновенно пропало. Как это понимать?

Учитель: Это моё Тело Закона. Я проповедую Закон, и над головой есть столб Гун – именно так на моём уровне. Мгновенно всё пропало в связи с тем, что ты не умеешь пользоваться небесным оком и начал использовать обычные глаза.

Ученик: Как пользоваться сверхспособностями?

Учитель: Если пользоваться сверхспособностями в сфере военной науки или в разведке для получения информации, я думаю, что следует обращать внимание на такой вопрос. Наша Вселенная обладает свойством. Если сверхспособности соответствуют этому свойству, то они будут действовать, иначе они не будут действовать. Если даже позволить людям сделать хорошие дела, то они не смогут достичь вещей высокого уровня, просто смогут почувствовать их. Если использовать мелкие магии, то это

не будет влиять на развитие общества. Если они захотят что-нибудь изменить, то нужно совершить гигантские дела. Нужно, чтобы они выполнили их, но это уже не зависит от них, потому что развитие общества не определяется волей человека. Он хочет достичь какой-то степени, но окончательное решение не за ним.

Ученик: Как входит и выходит сознание человека?

Учитель: Мы говорим, что обычно сознание выходит из макушки головы. Конечно, не ограничивается этим, оно может выйти из любой части тела. Это не так, как говорят в некоторых методах практики, что оно обязательно выходит из верхней части головы; может выйти из любого места. Входит таким же образом.

Ученик: Вижу, как на месте небесного ока появляется красный цвет, в его середине – черная дыра, затем быстро расцветает слой за слоем. Это открытие небесного ока? Иногда появляется звёздный луч, молния.

Учитель: Когда ты увидишь звёздный луч, тогда небесное око почти открылось. Фактически когда появилась молния, значит, око почти полностью открылось.

Ученик: Увидел, что вокруг головы и тела Учителя есть красный и зелёный ореол, но как закрыл глаза, ничего не вижу. Это я увидел периферийным зрением?

Учитель: Увидел не периферийным зрением, просто ты не умеешь смотреть закрытыми глазами, а смотришь открытыми глазами. Когда у человека открылось небесное око, он обычно не умеет им пользоваться. Иногда с открытыми глазами можешь случайно что-то увидеть. Но когда хочешь смотреть внимательно, то на самом деле начал использовать обычные глаза и перестал видеть. Когда ты не присматриваешься, снова увидел.

Ученик: Моя дочь увидела в воздухе какие-то круги, но

не может их чётко описать. Я показал ей значок Фалунь, и она сказала, что видела его. У неё действительно открыто небесное око?

Учитель: У ребёнка младше 6 лет, посмотревшего на наш значок Фалунь, сразу открывается небесное око. Но ты не делай этого специально. Дети могут увидеть.

Ученик: *Небесное око открыто, но не умею им пользоваться. Прошу Учителя ответить.*

Учитель: Когда небесное око полностью открыто, если даже не умеешь им пользоваться, всё равно научишься. Когда оно яркое, хорошо действует, те, кто не умеет пользоваться, научатся. Небесное око смотрит на вещи бессознательно. Когда захотел смотреть внимательно, то начал использовать глаза, зрительный нерв, поэтому перестал видеть.

Ученик: *После открытия небесного ока можно увидеть вещи всей Вселенной?*

Учитель: Открытие небесного око определяется уровнем. то есть сколько истин сможешь увидеть, определяется уровнем. Если даже небесное око открыто, но вряд ли увидишь всё во Вселенной. В дальнейшей практике ты постепенно повышаешь свой уровень и, в итоге, достигаешь Просветления; тогда ты сможешь увидеть больше уровней, но это тоже не гарантирует, что увидишь истину всей Вселенной. Когда Шакьямуни при своей жизни распространял закон, он непрерывно повышался. Когда он повысился на один уровень, то заметил, что вещи, о которых раньше говорил, стали нестабильными. Когда дальше повысился и посмотрел вниз – снова неправильно; поэтому он в конце концов сказал: «Закон не имеет определённого выражения», – на каждом уровне свои принципы. Он также не может увидеть истины всей Вселенной. С точки зрения обычных людей, при самосовершенствовании в этом мире достижение уровня Жулай уже невысказано, потому что им

известно только об уровне Жулай, и они не знают о вещах на более высоких уровнях, поэтому не могут их принять. Жулай – небольшой уровень в законе Будды, Дафа безграничен. Вот что имеется в виду.

Ученик: Вещи, которые мы увидели в вашем теле, действительно существуют?

Учитель: Конечно, действительно существуют. Все пространства составлены из веществ, просто структура отличается от нашей.

Ученик: Происходящее часто совпадает с моим предчувствием.

Учитель: Это гуннэн предсказания, о котором мы говорили. Это на самом деле низкий уровень Суминтун («ясновидение»). Закаляемые нами Гун находятся в других пространствах, в которых нет понятия о пространстве и времени. Расстояние для них не играет роли.

Ученик: Что это такое, когда во время выполнения упражнения появились цветные люди, цветное небо, разные картины?

Учитель: Открылось твоё небесное око. То, что ты увидел, – это вещи в другом пространстве. Другие пространства разделены уровнями. То, что ты увидел, скорее всего, один из уровней. Он действительно такой красивый.

Ученик: При выполнении упражнений вдруг услышал звук, почувствовал, что тело стало открытым, и многие дела вдруг стали понятными. Почему?

Учитель: У некоторых людей при выполнении упражнений появляется такая ситуация: часть тела открывают «взрывом», то есть открыли просветление в некоторых отношениях. Это относится к постепенному просветлению. Когда ты прошёл один уровень, «взрывают» одну часть. Это нормально.

Ученик: Иногда чувствую, что не могу двигаться. В чём причина?

Учитель: На начальном этапе выполнения упражнений у тебя могут быть такие ощущения. Вдруг рука или какая-то часть тела не может двигаться. Почему? Потому, что у тебя есть такой гуннэн, который называется «Приковать». Этот гуннэн присущ тебе самому. Этот гуннэн сильный. Когда человек совершил какое-нибудь плохое дело и убегает, ты можешь сказать «замри», и он тут же не сможет двигаться.

Ученик: Когда можно лечить болезни? Когда я раньше лечил болезни, то был некоторый эффект. Начав заниматься Фалуньгун, мне можно лечить других, если будут обращаться ко мне за лечением?

Учитель: Не хочу, чтобы присутствующие на этих курсах, независимо от того, каким методом практики раньше занимались, сколько времени занимались и до какой степени могли лечить, лечили болезни на низком уровне. Ведь ты сам не знаешь своего состояния. Ты действительно лечил болезни другим, может быть, из-за того, что у тебя в то время сердце было праведное, и это играло роль. Может быть, какой-то прохожий учитель помог тебе, ведь ты выполнял хорошее дело. Даже если та небольшая энергия, которую ты выработал, сможет играть роль, но всё-таки ты не можешь защитить себя. Когда ты лечишь болезни, то находишься с больными в одном поле. Со временем чёрного ци в теле становится больше, чем у больных. Спрашиваешь больного: «Поправился?» Он отвечает: «Стало лучше». Какое это лечение? Некоторые мастера цигун говорят: «Завтра приходи, послезавтра ещё раз приходи. Надо провести курс лечения». Он даже говорит о «курсе лечения», и разве это не обман людей? Как было бы хорошо, если бы после того, как достигнешь высокого уровня, ты стал бы лечить. Тогда сколько людей будешь лечить, столько и вылечишь! Как здорово! Если у тебя появился Гун, причём не на низком уровне, и тебе

действительно нужно лечить болезни, тогда я открою тебе руки и открою твой гуннэн «лечение». Но когда ты совершенствуешься на высокий уровень, думаю, что лучше не заниматься этими делами. Чтобы пропагандировать Дафа и участвовать в общественной деятельности, часть моих учеников лечит болезни, потому что они рядом со мной, я вёл их это делать, поэтому у них есть гарантия, и так можно.

Ученик: Когда появился гуннэн, можно ли сказать об этом другим?

Учитель: Если появился гуннэн, и скромно рассказать об этом практикующим Фалуныгун, то нет проблем. Я говорил собираться всем вместе для занятий упражнениями именно для того, чтобы все могли общаться. Конечно, если в других местах встретил человека с гуннэн, то также можно с ним поговорить, это ничего, но нельзя себя показывать. Если захочешь показать свою способность, то не получится. Если долго показываешь, то та вещь пропадёт. Если хочешь рассказывать о явлениях цигун, хочешь общаться, и не имеешь разных ненужных мыслей, то я говорю, что тогда нет проблем.

Ученик: В системе Будды говорят о пустоте, в системе Дао – о небытии, а о чём мы говорим?

Учитель: «Пустота» системы Будды и «небытие» системы Дао – это их уникальные вещи. Конечно, мы тут тоже должны достичь такого уровня. Мы говорим, что есть желание закалять Гун, но нет желания получить Гун. Совершенствовать Синьсин, устранять привязанности – всё-таки здесь есть пустота и небытие. Но мы особо не подчёркиваем этого. Поскольку ты живёшь в материальном мире, тебе надо ходить на работу и неизбежно надо выполнять дела. Если выполнять дела, то обязательно возникает вопрос о том, какие дела хорошие, какие плохие. Что делать? Мы совершенствуем Синьсин – это основная

вещь нашего метода практики. Если твоя душа праведная, выполненные дела соответствуют нашим требованиям, тогда с Синьсин нет проблем.

Ученик: Как мы обычно можем почувствовать рост гуннэн?

Учитель: В начальный период закалки Гун, когда развиты гуннэн, можешь почувствовать это. Если гуннэн не развились, но тело чувствительное, тоже сможешь почувствовать это. Если нет вышеупомянутых условий, тогда не можешь чувствовать, а только занимаешься с закрытыми глазами. У 60-70% наших учеников небесное око открыто, и они могут видеть – об этом я знаю. Вы молчите, просто смотрите глазами. Почему я велел всем вместе заниматься упражнениями? Для того, чтобы в группе вы смогли общаться друг с другом. Однако исходя из ответственности за нашу школу, выйдя из группы, нельзя говорить о чём угодно. В нашей среде можно общаться друг с другом, повышать друг друга.

Ученик: Как выглядит Тело Закона? У меня есть Тело Закона?

Учитель: Тело Закона выглядит так же, как сам человек. У тебя сейчас нет Тела Закона. Когда достигнешь определённого уровня, выйдешь из «мирского Закона» и поднимешься на крайне высокий уровень, появится Тело Закона.

Ученик: Сколько времени после окончания курсов Тело Закона Учителя будет с нами?

Учитель: Когда ученик сразу начал заниматься вещами высокого уровня, у него происходят достаточно большие изменения. Здесь не имеется в виду изменение в мыслях – весь человек изменится. Один обычный человек вдруг получил вещи, которые он как обычный человек не должен получить, и это опасно, жизнь сразу подвергается угрозе, и моему Телу Закона необходимо защищать его. Если,

распространяя здесь Закон, я не смогу этого сделать, тогда, значит, принесу вред людям. Многие мастера цигун не смеют передавать свои вещи именно из-за того, что не могут взять на себя такую ответственность. Моё Тело Закона будет защищать тебя, пока ты не достигнешь Полного Совершенства. Если на полпути ты бросил совершенствоваться, то Тело Закона само уйдёт.

Ученик: Учитель сказал, что самосовершенствование обычных людей не зависит от закалки Гун, а зависит от Синьсин. Можно ли сказать, что, если Синьсин высокий, то без закалки Гун тоже можно достичь Полного Совершенства?

Учитель: В принципе, так. Если ты совершенствуешь Синьсин, то Дэ может преобразоваться в Гун. Но тебе необходимо рассматривать себя как практикующего. Если ты не рассматриваешь себя как практикующего, то только накапливается Дэ. Ты можешь накопить много Дэ. Если только быть хорошим человеком и копить Дэ, то, если даже рассматриваешь себя как практикующего, это не получится, поскольку ты не получил Закона высшего уровня. Вы знаете, что я рассказал о многих вещах. Без защиты Учителя тебе трудно повышаться, ты ни одного дня не сможешь закалять Гун на высоком уровне, поэтому не так легко добиться Истинного Плода. Но после повышения Синьсин ты сливаешься со свойством Вселенной.

Ученик: Каков принцип лечения на большом расстоянии?

Учитель: Принцип очень простой. Вселенная может быть как большой, так и маленькой. Выпущенный гуннэн также может быть большим и маленьким. Я стою на месте, не двигаясь, но выпущенный Гун может достичь больных, которые находятся далеко, в США. Могу выпустить Гун туда, могу также перенести его Юаньшэнь сюда. Таков принцип лечения на расстоянии.

Ученик: Можно ли узнать, сколько появится видов гуннэн?

Учитель: Их не менее десяти тысяч. Не важно знать, сколько конкретно. Достаточно понять этот принцип и Закон, и самому закалять всё остальное. Нет необходимости знать так много, и это не принесёт пользы. Некоторые учителя ищут учеников, принимают их, и ученики ничего не знают; но им ничего не говорят, так как всё зависит от их уразумения.

Ученик: На лекции я могу видеть Вас с закрытыми глазами. Когда Вы читаете лекции, верхняя часть тела у Вас чёрная, стол тоже чёрный, ткань сзади розовая. Иногда вокруг Вас зелёный свет. Почему так?

Учитель: Это касается твоего уровня, потому что когда небесное око только открылось, оно может видеть белое чёрным, а чёрное белым. Когда немного повысил уровень, то смотришь – всё белое. Когда дальше повысился, сможешь определить цвет.

5.5. Испытания

Ученик: Испытания устроены Учителем для проверки учеников?

Учитель: Можно так сказать. Это устроено для повышения вашего Синьсин. Например, когда твой Синьсин не достиг какой-то высоты, разве можно позволить тебе повиситься? Разве школьника начальной школы можно отправить в ВУЗ? Думаю, что нельзя! Твой Синьсин по-настоящему не повисился, ты принимаешь всё близко к сердцу, ничего не можешь оставить, и, если позволить тебе подняться туда, то ты ради мелочи затеял бы ссору с Просветлёнными. Так нельзя! Почему обращают большое внимание на Синьсин? Причина именно в этом.

Ученик: Какая разница в испытываемых мучениях между практикующими и обычными людьми?

Учитель: Между практикующими и обычными людьми в этом смысле нет разницы. Твои испытываемые мучения устроены на пути практикующих. Для обычных людей – это воздаяния за грешные деяния. У всех есть страдания. Но это не значит, что если ты занимаешься практикой, то у тебя появятся страдания, а у обычных людей их не будет. У всех есть. Просто твои страдания устроены для повышения твоего Синьсин, а страдания обычных людей – для воздаяния за грешные деяния. Испытываемые мучения на самом деле являются собственной кармой, и я использую их для повышения Синьсин учеников.

Ученик: Страдания похожи на «81 беду» во время путешествия на запад за буддийскими сутрами?

Учитель: Немного похожи. Жизнь практикующих спланирована. Их не будет много, но не будет и мало. Но необязательно 81 испытание. Это зависит от того, какой высоты самосовершенствования позволит тебе достичь твоя природная основа. Устроено исходя из уровня, которого ты сможешь достичь. Надо проходить все те вещи, которые есть у обычных людей, но практикующие должны их устранить. Действительно тяжело. То, что не можешь оставить, надо как-нибудь заставить тебя оставить, путём перенесения мучений повышать твой Синьсин.

Ученик: Если во время выполнения упражнений кто-то вредит, что делать?

Учитель: Занимаясь Фалуныгун, не надо бояться вреда. В начальный период моё Тело Закона защищает тебя, но это не значит, что ты ничего не встретишь: каждый день сидишь на диване и чай пьёшь, это не так! Иногда при встрече с испытаниями зовёшь меня и видишь, что я перед тобой, но, может быть, не помогаю тебе, потому что это твоё испытание. Но когда ты действительно встретишь опасность, то буду помогать тебе. Но обычно такой настоящей опасности не существует, потому

что твой путь изменился, и недопустимо вмешиваться неожиданным вещам.

Ученик: Как относиться к страданиям?

Учитель: Я много раз говорил: удерживать свой Синьсин! Если ты считаешь, что выполнил дела неплохо, то уже хорошо. Особенно если другие по какой-то причине нарушили твои интересы, а ты, как обычный человек, с ними поругался, тогда ты стал обычным человеком. Ведь ты практикующий, тебе нельзя так вести себя. Дела, которые ты встречаешь, влияют на твой Синьсин, все они для повышения твоего Синьсин; смотрим только на то, как ты относишься, сможешь ли удержать Синьсин, сможешь ли повышаться в процессе этого дела.

5.6. Пространство и человечество

Ученик: Сколько уровней и пространств во Вселенной?

Учитель: По-моему, во Вселенной бесчисленное количество уровней и пространств. Что касается того, существуют ли большие уровни и пространства, что имеется в тех пространствах, кто там существует, то с помощью современных научных методов трудно это узнать, современная наука не может подтвердить их реальность. А некоторые мастера цигун и люди со сверхспособностью могут увидеть другие пространства, потому что видеть другие пространства можно только небесным оком, а не глазами.

Ученик: Во всех пространствах есть свойство «Истина-Доброта-Терпение»?

Учитель: Да. В каждом пространстве содержится свойство «Истина-Доброта-Терпение». Кто ведёт себя в соответствии с этим свойством Вселенной, является хорошим человеком. А тот, кто противостоит этому свойству, является действительно плохим. Кто сливается со свойством Вселенной, тот станет человеком, постигшим Дао.

Ученик: Откуда человек пришёл изначально?

Учитель: Изначально во Вселенной не было так много вертикальных уровней, также и не было так много горизонтальных уровней, она была единообразной. Но в процессе её развития появились жизни, то есть самые первоначальные жизни, о которых мы говорим. Они сливались с Вселенной, и не было плохих вещей. Сливаться с Вселенной, значит, быть одинаковыми с Вселенной. У них есть все гуннэн, которые есть у Вселенной. С развитием и эволюцией Вселенной появились некоторые небесные царства. Потом появлялось всё больше и больше жизней. Если говорить на низком уровне, то образовались общественные группы, а между ними некоторые связи. В этом процессе эволюции некоторые изменялись, больше и больше отклонялись от свойства Вселенной, стали не такими хорошими, чудотворств у них стало меньше. Поэтому практикующие говорят о «возвращении к истине», то есть надо возвращаться к первоначальному состоянию. Чем выше уровень, тем больше сливаешься с Вселенной, и больше появляется способностей. Во время эволюции некоторые жизни стали плохими, но нельзя было их уничтожить, тогда нужно было каким-то образом поднять их, чтобы они повысились и слились с Вселенной. Их опустили на более низкий уровень, где им надо было перенести горе, надо было повышаться. Потом на этот уровень непрерывно стали ещё приходить. Дальше на этом уровне произошло изменение. Те, у кого стал более плохой Синьсин, не могли дальше оставаться на этом уровне, поэтому был создан ещё следующий уровень. Всё ниже и ниже происходило разделение уровней вплоть до уровня, на котором находится наше сегодняшнее человечество. Таково происхождение человечества.

* * *