

Итак, как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Получайте благословение Белой Тары с мотивацией усмирить свой ум, с мотивацией сделать свой ум более здоровым. С некоторым уровнем убежденности в том, что самый лучший метод избавления от страдания и самый лучший метод обретения счастья это укрощение своего ума, это оздоровление своего ума.

Вначале я вам немного расскажу о Белой Таре. Белая Тара это аспект активности Будды. Когда аспект активности Будды является в облике божества, то это женское божество. И, поскольку Тара это аспект активности будды, то она обладает очень быстрой силой, с помощью которой избавляет вас от препятствий в этой жизни, помогает добиться успеха, помогает продлить вашу жизнь быстро. Могут исполниться даже ваши мирские желания, потому что это аспект активности Будды. Многое зависит и от вас — сколько веры вы порождаете в Тару, ровно настолько вы обретаете блага. Тара говорит: если человек полагается на меня на сто процентов, то он получит блага на сто процентов, если на пятьдесят процентов, то получит пятьдесят процентов блага, а если на десять, то получит десять процентов блага. Сколько блага вы получаете от Белой Тары сильно связано с состоянием вашего ума.

Поэтому с верой в Тару получайте благословение, для вас это будет эффективно. А теперь, для того, что бы получить благословение Белой Тары в первую очередь для вас важно получить обет прибежища. Основной обет прибежища это обет не вредить другим. Существует два основания, по которым вам следует принять этот обет. Первое основание, по которому вам следует принять обет не вредить другим, заключается в том, что вредя другим, вы косвенно вредите себе. Причиняя вред другим, вы никогда не обретете хороший результат, это невозможно. В прошлом никто не достигал хорошего результата через причинение вреда другим. И в настоящем это невозможно и в будущем не будет возможно. Если вы стараетесь обрести хороший результат, причиняя кому-то вред, то это можно сравнить с тем, что вы сажаете семечко перца чили и затем всевозможными комбинациями сладкой воды, воды с медом и так далее, пытаетесь вырастить яблоню. Но это невозможно. Какие бы комбинации вы не использовали, все это будет самообман.

Поэтому вам должно быть понятно, что, причиняя вред другим, вы не добьетесь блага для себя. Если вы думаете, что совершая негативное действие в тайне, вы приобретете какое-то благо, то это тоже самообман. Будда говорил: совершение негативных действий тайком похоже на то, как в темном доме человек пьет тайком яд, вытереть свой рот и сделать вид, что вы не принимали яд. Даже если у вас есть справка, что вы не принимали яд, то и это тоже ничего не значит.

Итак, через причинение вреда другим, через вредоносную мотивацию, что бы вы не делали, эти действия будут вредить вам и другим. Поэтому убедите себя, что такие действия очень неумелые. Пообещайте никогда не вредить другим, потому что это причиняет им вред и косвенно причиняет вред вам самим. Если в горной долине вы крикнете «дурак», то в ответ услышите «дурак». Вы можете подумать, что кто-то извне вас так обзывает. Но это эхо. И в жизни это тоже эхо ваших собственных слов. И винить в ваших проблемах нужно только себя и никого другого. Это результат ваших собственных действий и если вы это знаете, то никогда не разозлитесь.

Когда мне было восемнадцать лет, мой духовный наставник, который был очень мудрым и одним из величайших философов в тибетском сообществе, сказал мне: если кто-нибудь безо всякой причины окажется перед тобой, а в это время я изучал благородную истину источника страдания, и ударит тебя в нос, то винить в этом нужно только себя. Вы можете с этим согласиться, а мне в то время было трудно это сделать. Я не говорил ничего плохого, а тут кто-то появляется и бьет меня в нос, как такое возможно? Это обычная реакция. Но

учитель сказал мне: если ты смотришь только с точки зрения этой жизни, то ты прав. Но ваша нынешняя жизнь это не вся жизнь, а только маленькая ее часть. Почему этот человек из тысяч людей нашел именно тебя и никого другого? И почему он захотел ударить тебя именно в нос, а не в другое место? Здесь нет случайностей, у всего есть причина, а она состоит в том, что в предыдущей жизни вы ударили его в нос. Поэтому карма заставила его появиться перед вами и ударить вас в нос. И поэтому обвинять нужно собственные негативные действия, совершенные вами в прошлом. Это очень полезно.

Когда я обрел в этом убежденность, то фактически перестал гневаться на кого-либо. Каждый раз, когда происходит нечто похожее, я говорю себе, что винить некого, кроме самого себя. Когда вы так думаете, то ваш ум успокаивается. Если кто-то разобьет вашу чашку во время мытья посуды, то вы очень сердитесь. Но если вы сами это сделаете, то, конечно, скажете, что такое бывает, и нет ничего страшного. Всегда вы идете на компромисс, если сами совершаете ошибку. Будет полезно, если с вами происходит какая-то трагедия или неприятность, говорить себе, что это эхо ваших прошлых слов и дел. Никого винить в этом не нужно. Тогда ваш ум будет очень спокойным.

Если вы попадете в дорожную аварию и получите травму, то нездоровый ум будет винить всех, и водителя, и вашу маму, пославшую вас куда-то. Виноват будет даже сосед с грустным лицом, которого вы увидели утром. Ваш ум кипит, и вы обвиняете всех. Все вокруг не так, потому что с вашим умом что-то не так. Если ум здоровый, то ваша боль не принесет вам сильных страданий.

Когда мне кто-то сказал, что его никто не любит, я ответил, что это очень глупо, потому что вас любят все и в первую очередь вас любят будды, все бодхисаттвы и божества. И когда они молятся по утрам, они говорят: пусть все живые существа будут счастливы. Это они и про вас говорят. Но если у вас нездоровый ум, это настоящая трагедия. Если это так, то ваша физическая боль станет еще мучительнее. Поэтому важно иметь здоровый образ мышления и обвинять в своих бедах только себя и никого другого.

Вторая причина, по которой не следует вредить другим: из-за сострадания и здравомыслия.

Это махаянский подход непричинения вреда другим. Ведь как можно вредить другим, когда у них и так достаточно проблем? Например, посмотрите на людей, у них достаточно проблем, например проблема выживания. Второе, у них достаточно проблем от болезней. Третье, стихийные бедствия и катастрофы. Поэтому, зачем создавать им какие-то дополнительные проблемы. Возьмите себя в качестве примера, ваши ощущения, когда вам кто-то вредит. Поэтому не вредите никому из здравомыслия.

Сами не вредите другим, и если на ваших глазах кто-то вредит другим, то смотрите на него, как на нецивилизованного. Не поддерживайте его.

Поэтому сегодня вы принимаете обет не вредить другим. Когда вы принимаете такой обет, то преимущества этого невероятны. Поскольку вы принимаете такой обет, то никто не сможет причинить вред вам, таков механизм действия закона кармы. С того момента, как вы с сильной решимостью принимаете обет, то с этого момента вы закрываете дверь новых причин страдания.

Кроме того, принимая такой обет, вы получаете невидимый благословленный шнурок. В Тибете есть поговорка: в благословленном шнурке три дня живет благословение, а потом там поселяются вши. Там люди часто носят множество таких шнурков и у некоторых такая толстая связка их на шее, что в них заводятся вши. Мой духовный наставник, когда увидел у меня на шее такой шнурок, спросил: зачем он мне нужен? Самый мощный благословленный шнурок это обет не вредить другим, содержи его в чистоте. Когда у тебя есть такой шнурок в уме, и ты содержишь его в чистоте, то тебе не нужен веревочный на шее. Такой

невидимый благословленный шнурок сегодня я дам и вам. Но не все смогут его получить. И вы не сможете взять несколько таких шнурков и передать другим. Даже те, кто сейчас находится здесь, могут и не получить такой шнурок. Те, кто породит сильную убежденность в том, что причинение вреда другим это косвенное причинение вреда себе, и породит устремление не вредить другим по двум причинам, тот получит такой шнурок. Если вы так настроились, и будете идти этим путем, невзирая на трудности, тогда вы из жизни в жизнь будете иметь такой шнурок.

Тогда вы по настоящему наполовину святой человек. И тогда из жизни в жизнь вы будете обретать все более высокое перерождение и это буддистская практика. Вначале лучше ничего не делать, лучше просто спать. Смотрите на жизнеописание Шантидевы. Сначала он очень много спал и никому не вредил. Так же в вашей семье, например, если у кого-то очень грубый характер, то когда они спят, то дома тихо и они никому не мешают. В таких случаях сам сон является хорошим вкладом в создание мира в семье. То есть, если вас охватывают негативные эмоции, то сон в таком случае самое лучшее средство, ничего не делать — это очень хорошая практика дхармы в таком случае.

Но когда вы находитесь под влиянием позитивных эмоций, то вы очень ленивы, а когда под влиянием негативных, то очень активны, а это неправильно. Когда вам не нужно быть активными, вы неактивны и когда вам нужно быть неактивными, вы, наоборот, очень активны, это тоже неправильно. А когда вам нужно медитировать, вы становитесь очень ленивыми. Но когда вы не готовы к медитации, у вас нет подготовки, нет прибежища, вы приходите и говорите: Геше Ла, я хочу медитировать. Я вас подготавливаю, учу, вы становитесь способны это делать и говорите: потом, потом. Это возвращение в сансаре.

Поскольку сейчас я говорю о ваших ошибках, то расскажу вам, в чем заключается ваша ошибка, когда вы находитесь под влиянием негативных эмоций. У меня тоже есть ошибки и если вы думаете, что у меня их нет, то это значит, что вы слабые практики дхармы и ничего не знаете о философии. Так, если шахматист думает, что он самый лучший мастер, то это значит, что он не умеет играть в шахматы. Когда я играл с очень хорошим шахматистом, то ни разу не смог у него выиграть. После этого я сказал ему, что он сильный мастер, на что он мне возразил: я, сказал он, плохой игрок, просто все остальные еще хуже играют. Это означает, что он шахматную игру понимает глубже. Точно так же, когда вы начинаете понимать буддистскую философию глубже и глубже, вы начинаете видеть недостатки и ошибки своих собственных действий. Вы поймете, что в жизни вы совершаете много ошибок.

Поэтому важно знать свои недостатки, это ваш первый шаг к духовному развитию. Первый шаг к развитию ума, это понять свои собственные ошибки.

Когда вы находитесь под контролем негативных эмоций, вы сразу же хотите действовать. Если на кого-то злитесь, то сразу хотите его отругать. Если вы среди ночи почувствуете привязанность к какому-то предмету, то проснетесь и начнете его искать. Вы можете это сделать и завтра, но вам очень хочется сделать это немедленно. Что касается позитивной стороны, то, когда вашим умом движут любовь и сострадание, и вы хотите что-то приятное сделать другим, то обязательно постараетесь это отложить на потом. Вы будете это откладывать до тех пор, пока не забудете совсем. Поэтому я вам советую: если вами овладели позитивные эмоции, не откладывайте свои действия на потом, действуйте сразу. Когда ваш ум находится под влиянием позитивных эмоций, вы находитесь рядом с духовным наставником и получаете учение, то это значит, что в вашем уме начинается сезон добрых дел. Тогда будьте активным.

Но когда ваш духовный наставник уезжает, ваш ум становится все слабее и слабее, а когда он попадает под влияние омрачений, то лучше в это время спать. В этом случае самая

лучшая практика это спать и быть ленивым. Если ваш ум злится и хочется кого-нибудь отругать, скажите себе «потом». Так же как вы поступаете с позитивными эмоциями и говорите себе потом, то в этом случае вы никогда не отругаете человека. Если вы последуете этому совету, то он по-настоящему изменит вашу жизнь.

Это та дхарма, которая по настоящему меняет вашу жизнь, это учение, которое вначале пути для вас очень эффективно. Не думайте, что тайное учение, которое я могу передать только одному человеку, поможет вам обрести что-то особенное. Это не так. Самое глубинное учение для вас это то, которое для вас эффективно, которое меняет вас, из плохого делает хорошим.

Итак, визуализируйте на алтаре Белую Тару, меня в облике Белой Тары. Над моей головой Его Святейшество Далай-Ламу в облике Будды Шакьямуни. И когда я буду произносить мантру, повторяйте за мной. В этот момент визуализируйте, как изо рта Его Святейшества в облике Будды Шакьямуни над моей головой изо рта Белой Тары на алтаре из моего рта в облике Белой Тары исходит белый свет, это обет прибежища, он проникает в ваше сердце через ваш рот и остается в вашем сердце в виде чистого обета прибежища. Это самый лучший подарок, который я могу вам сделать. Если вы умрете, то это сможете забрать с собой и нести из жизни в жизнь. В бардо это для вас самая лучшая защита. С большой радостью принимайте обет. А теперь соедините руки. Породите сильную уверенность, что причинение вреда другим это косвенное причинение вреда самому себе и с этого момента вы еще и из сострадания никогда не будете вредить другим. Вы пойдете по безвредному пути, и если даже вы не будете считать себя буддистом, вы будете самым настоящим буддистом. Буддизм не имеет отношения к вашей национальности, к вашей крови, расе, буддизм это состояние вашего ума. Если вы идете по пути непричинения вреда, то вы действительно буддист.

А теперь соедините руки и повторяйте за мной.

НАМО ГУРУ БЭ
НАМО БУДДАЯ
НАМО ДХАРМАЯ
НАМО САНГАЯ.

С сильным чувством вы сейчас попросили Будду, дхарму и сангху защищать вас из жизни в жизнь. Итак, сегодня вы обрели одну дхарму у себя в уме, это дхарму непричинения вреда другим. Теперь, даже во время сна, если у вас есть сильная мотивация не вредить другим, вы практикуете дхарму. Теперь ваша первая практика это не вредить другим.

Далее, вдобавок к этому, вторая практика — практика помощи другим. Так вы принимаете обет бодхичитты. Здесь основной обет это помогать другим. Вам нужно понять, в чем состоит цель духовной практики. Духовная практика существует для того, что бы устранять страдания и обретать счастье. А не для того, что бы испытать какие-то странные ощущения, обрести видение божеств или, что бы на вас что-либо странное снизошло из пространства. Поскольку мы все не хотим страдания и все хотим счастья, то лучший способ добиться этого объясняется именно в духовной линии. Лучший метод остановить свои страдания это перестать вредить другим. Лучший метод обретения счастья это помогать другим. Поэтому принятие обета помощи другим это лучшая причина обретения счастья. А причина, по которой вам следует помогать другим это та, что если вы это делаете, то косвенно помогаете сами себе. А вторая причина это здравомыслие. Если вам кто-то помогает, то, как вы себя чувствуете? Так же будут себя чувствовать и другие. В нашей жизни основную часть времени мы зависим от доброты других. Поэтому у нас есть обязательство вернуть эту доброту другим людям. Когда есть права, то есть и обязанности, они всегда идут вместе.

Поэтому сегодня примите обет помогать другим. Как только вы его примите, то он в виде света попадет в ваше сердце, и вы обретете причины счастья. Принимайте его с очень

большой радостью. Думайте так: пусть моя жизнь станет источником счастья для других из жизни в жизнь. Как говорил Шантидева: пока существует пространство, пока живые существа живут, пусть я остаюсь вместе с ними страданий рассеивать тьму. В духовной практике вначале самая мощная практика это порождение доброты и нет более мощной практики.

Чандракирти, написавший комментарии к учению о пустоте, в начале своего труда поместил слова «поклонение великому состраданию». Он поклонялся не мудрости, познающей пустоту, он поклонялся великому состраданию. Он сказал, что великое сострадание это как семя, которое является причиной всякого счастья, причиной просветления. В середине сострадание как вода, которая помогает семени расти. В конце это как плод, как результат оно приносит благо всем живым существам. Поэтому, писал он, я поклоняюсь великому состраданию, которое является драгоценным в начале, в середине и в конце. У вас как же корнем должно быть великое сострадание. Принимая обет, думайте: я изо всех сил буду помогать всем живым существам.

А теперь соедините руки. Выполняйте ту же визуализацию, и обет бодхичитты в виде белого света проникает вам в рот и остается в вашем сердце. Тогда ваша жизнь станет значимой и появится хорошая основа для медитации. А когда у вас есть очень сильное сострадание, то во время медитации вы не сойдете с ума. А без великого сострадания, без отвлечения, с эгоистичным умом любая медитация будет детской. Такая сухая медитация сделает вас сумасшедшим. Поэтому мой совет — вначале обретите хорошую основу великое сострадание.

Ритуал принятия обета бодхичитты.

Помолитесь, что бы благодаря принятию этого обета бодхичитты однажды вы стали бодхисаттвой. Если вы им станете, то это будет чудо. А ваш город станет святым местом. Но даже и для бодхисаттвы состояние будды еще очень далеко. Поэтому не говорите, что хотите стать буддой за одну жизнь, это очень смешно, вы станете объектом сострадания. Это ваше эго хочет стать буддой. Если вы посмотрите на свое отречение, то увидите, какое оно еще слабое. Какова ваша бодхичитта? Тоже маленькая и вы с ней не сможете заботиться обо всех живых существах больше чем о себе. Даже о своих родителях вы не можете заботиться больше чем о себе, где же здесь бодхичитта.

Понятно, что вы еще не можете заботиться обо всех, поэтому вашей первой практикой должна стать забота о членах вашей семьи больше, чем о себе. Начните с этого уровня. Если жена решит заботиться о муже больше, чем о себе, а муж то же самое о жене, то в этой семье будут очень здоровые отношения. У них будет только один спор — кто будет отдыхать, а кто будет готовить еду, и каждый будет отправлять другого отдыхать. Когда в вашей семье начинают происходить такие споры, то это означает, что определенное учение по махаяне есть в этой семье. И какое-то учение по тренировке ума тоже есть в этой семье. Итак, породите такое состояние ума, ум, желающий счастья другим, очень важен. Ни к кому не привязывайтесь, испытывайте чистую любовь. Основное ваше желание должно быть счастье другого. И не расстраивайтесь, если кто-то из ваших близких, муж или жена, уходит к другому, спойте им песню «мы желаем счастья вам». В этом не должно быть никакого кошмара, трагедии. Понимайте, что ваши муж или жена это не объекты счастья, это объекты терпения. Один объект терпения ушел, другой объект терпения придет. Если вы будете жить по этому совету, то ваша жизнь будет счастливой.

Буддистское учение в первую очередь делает ваш ум чуть более здоровым и более здоровой вашу жизнь. Ваши отношения с близкими станут более здоровыми. И более здоровыми с вашими соседями и сослуживцами. И со всеми живыми существами. Потому

что ваш ум здоровый. А если ваш ум больной, то у вас не будет никаких отношений с живыми существами.

Теперь просьба о благословении тела Белой Тары.

Благословение.

Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и читать мантру, визуализируйте, как из области лба Белой Тары на алтаре, из моей области лба в облике Белой Тары исходит белый свет и нектар, наполняет ваше тело и очищает вас от большого количества негативной кармы, созданной вашим телом, а также благословляет ваше тело и оставляет в вашем уме семя тела будды. А для того, что бы очистить негативную карму, необходимо породить четыре противоядия в вашем уме. Если вы это не сделаете, то одно касание ваджрой вашей головы вас не очистит. Я не могу очистить вашу негативную карму, но могу помочь это сделать, научив тому, как это делать.

Будда сам говорил: «я не могу очистить живых существ от негативной кармы, поливая нектаром их тело». Если бы это было возможно, то он обязательно это сделал бы. Кроме того, он говорил: «я не могу избавить вас от страданий так же, как вытаскивают занозу из тела, и не могу передать вам свои реализации так же, как дают подарок. Только указывая путь, я могу избавить вас от страдания, передавая вам учение, я помогу вам очиститься от негативной кармы».

Итак, первое противоядие это сожаление. Без сожаления невозможно очистить негативную карму. Сожаление крайне необходимо. А для того, что бы испытать сожаление от негативной кармы, вам нужно осознать последствия негативной кармы. В отношении последствий можно сказать, что, какие бы страдания и проблемы вы не испытывали, все они являются проявлениями вашей негативной кармы. И в будущей жизни, если вы родитесь в высших мирах, то это тоже будет проявлением вашей негативной кармы. Отпечатки негативной кармы это самый худший яд в вашем уме.

Если вы будете думать об отпечатках негативной кармы как о яде, то тогда у вас будет появляться сожаление о том, что они у вас есть.

Далее, второе противоядие. Это сильная опора на объект очищения, на божество Белой Тары. Это невероятно мощное божество и если вы полагаетесь на нее на сто процентов.

Далее, третье противоядие это сама визуализация белого света и нектара, которые вас очищают. Вы думаете о том, что отпечатки вашей негативной кармы в виде змей, скорпионов, пауков выходят из вашего тела. После такого очищения вы сразу почувствуете, что ваш ум стал более легким, и вам стало более комфортно. Это такое же чувство, как после вывода токсинов из вашего тела. Когда вы испытываете депрессию, то это симптомы отпечатков негативной кармы. Если каждый день вы будете проводить очищение, то не будете испытывать депрессию. У меня нет высоких реализаций, но я не испытываю депрессию. Я с утра ощущаю жизнь прекрасной. Потому что ум немного более здоров и отпечатков негативной кармы становится все меньше и меньше. Это результат практики дхармы. И вам нужно практиковать таким образом, что бы вы видели результат и тогда вам захочется практиковать еще больше. Какой смысл заниматься бизнесом, если нет прибыли. Что-то делать это не самое главное, самое главное делать что-то эффективно.

Теперь соедините руки. Этот белый свет и нектар очищает вас не только от отпечатков негативной кармы, он так же очищает все ваши болезни.

Благословение Белой Тары.

А сейчас просьба о благословении речи.

Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте, как в области горла Белой Тары на алтаре, из моей области горла в облике Белой Тары исходит

красный свет и нектар, наполняет ваше тело и очищает от большого количества негативной кармы, созданной вашей речью, благословляет вашу речь и оставляет в вашем уме семя речи Будды. Породите четыре противоядия, это сожаление о негативной карме, созданной вашей речью, второе это сильную опору на божество Тару, третье это правильно визуализируйте свет и нектар и очищайте свою негативную карму и четвертое, породите решимость не повторять такое в будущем. Когда присутствуют эти четыре противоядия, то нет такой негативной кармы, которую вы не могли бы очистить. Теперь выполняйте эту визуализацию.

А теперь просьба о благословении ума.

Сейчас, когда я буду произносить мантру и звонить в колокольчик, визуализируйте, как из области сердца Белой Тары на алтаре, из моей области сердца в облике Белой Тары исходит синий свет и нектар, наполняет ваше сердце, очищает вас от большого количества негативной кармы созданной вашим умом, а так же благословляет ваш ум и оставляет в вашем уме семя ума Будды. В конце загадайте одно мирское желание. Поскольку Тара это божество активности, то ваше желание сбудется, исполнится. Но нужно что-то сделать, что бы ваше желание сбылось, что бы у Тары был шанс вам помочь. Вначале сделайте визуализацию очищения негативной кармы, а желание загадывайте в конце.

А теперь выполняйте визуализацию.

А теперь просьба о благословении тела речи и ума одновременно.

Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте, как из трех мест Белой Тары на алтаре, то есть из области лба, горла и сердца и из моих трех областей в облике Белой Тары исходят белый, красный и синий лучи света с нектаром, наполняют ваше тело и очищают вас от негативной кармы, созданной одновременно вашими телом, речью и умом, так же укрепляют благословение тела, речи и ума и укрепляют семена тела, речи и ума Будды в вашем уме. Это последняя визуализация, выполняйте ее хорошо.

А сейчас я дам вам передачу мантр. Начитывание мантр это очень важно и полезно. Но самое главное это получить передачу мантр. Если вы будете читать мантры без передачи, то это все равно, что выжимать масло из песка. Так же важно при чтении мантр иметь сильную веру. Если вы читаете мантру с чистым состоянием ума, то мантра станет еще сильнее. А если вы читаете мантру с эгоистичным умом, то это бесполезно. Если вы читаете мантру с сильными любовью и состраданием, то мантра становится очень мощной. Сила мантр, сила тантры возникает из великого сострадания. Поэтому великое сострадание необходимо везде. Первая мантра это мантра Белой Тары. Читайте ее ради долгой жизни.

ОМ ТАРЕ ГУТАРЕ ТУРЕ МАМА АЮ ПУНЬЯ ДНЯНА ПУШРИТРАМ КУРУ СОХА.

Теперь мантра Зеленой Тары для успеха вашей жизни.

ОМ ТАРЕ ГУТАРЕ ТУРЕ СОХА.

Теперь мантра Авалокитешвары, мантра любви и сострадания. Эта мантра должна быть мантрой вашей жизненной силы. Основную часть времени читайте эту мантру. Это увеличит вашу любовь и сострадание и ваша основа, корень буддизма, станет сильным. В настоящий момент ваш корень буддизма очень слабый. Даже если на это потребуются один эон, не страшно, сделайте сильным корень. Теперь соедините руки и повторяйте за мной.

ОМ МАНИ ПЕДМЕ ХУМ.

А теперь мантра Манджушри, мантра для возрастания мудрости. Она так же очень полезна. Одна из причин, по которой у нас очень много омрачений та, что у нас недостаточно мудрости.

ОМ АРА ПАДЗА НАДИ.

Теперь мантра Ваджрапани, мантра силы. В наше время быть только добрым и сострадательным недостаточно, вам так же необходимо быть сильным.

ОМ ВАДЖРАПАНИ ХУМ ПЕ.

Теперь мантра Будды медицины для хорошего здоровья.

ТАЯТА ОМ БЕГАНЗЕ БЕГАНЗЕ МАХА БЕГАНЗЕ БЕГАНЗЕ РАНДЗЕ САМО ГАТЕ
СОХА.

Теперь мантра Ваджрасаттвы для очищения негативной кармы

ОМ ВАДЖРАСАТТВА САМАЯ
МАНУПАЛАЯ ВАДЖРАСАТТВА ТИНОПА
ТИШТО ДЕНДО НЕМБАВА
СУТОКАЁ МЕМБАВА СУПОКАЁ МЕМБАВА
АНУРАКТО МЕМБАВА
САРВА СИДИМЕ ТРАЯЦА
САРВА КАРМА СУЦАМЕ
ЦИТАМ ЧИРЬЯМ КУРУ ХУМ
ХА ХА ХА ХА ХА ХО
БАГАВАНЕ ВАДЖРА
МАМЕ МУНДЗЕ ВАДЖРАБАВА
МАХА САМАЯ САТВА ХУМ ПЭ.
Мантра Будды Шакьямуни
ОМ МУНИ МУНИ МАХА МУНИЕ СОХА.

Мантра Ламы Цонкапы

МИГМЕ ЦЕВЕ ТЕРЧЕН ЧЕНРЕЗИ
ДИМЕ КЕНБЕ ВАНБО ДЖАМПЕЯН
ГАЧЕН КЕМБЕ ЦУГЕН ЦОНКАПА
ЛОГСАН ЦАГБЕ ЩАВЛА СОЛВАДЕП.

Сейчас, когда я прислоню торма к голове Андрея, визуализируйте, как Белая Тара размером с большой палец на вашей руке через вашу макушку опускается по центральному каналу в ваше сердце на трон из цветка лотоса, лунного диска и остается на этом троне. С этого момента ваше тело становится храмом, в котором находится живая статуя.

Благословение окончено, и завтра я уезжаю. До нашей новой встречи вам важно быть добрыми. Будьте счастливы.

Посвящение заслуг.