

Вначале, как обычно, породите правильную мотивацию. Продолжим учение по Махамудре. Итак, первая йога – это йога однонаправленной концентрации. Ранее я давал вам общую информацию, а теперь дам более подробное учение на основе коренного текста Панчен-ламы. Йога однонаправленной концентрации объясняется в четырех главах. Обычно такое учение не дается слишком подробно тем людям, которые не применяют его для медитативной практики, но сейчас я дам вам это объяснение, но вы должны развить мотивацию в будущем заняться медитацией, – тогда я могу дать вам это учение.

Итак, первая глава – это отсечение основного корня ума, вторая глава – это указание метода установки ума. Здесь термины должны быть очень точными, позже я вам объясню их смысл. Буддийская терминология очень точная, возможно, какие-то термины в настоящий момент для вас могут не иметь смысла, но позже я объясню вам их значение. Например, глава называется «Отсечение основы ума», – это сейчас непонятно, но позже я вам все объясню. Когда вы меняете терминологию в соответствии с собственным пониманием, то это очень большая ошибка. Лучше использовать точные термины. Некоторые тексты были переведены с тибетского на английский и переводчики по-своему их интерпретировали для более легкого понимания. Например, вместо «принятие прибежища» они переводили «принятие безопасного направления». Что это означает? В тибетском языке для этого понятия нет никакой основы. А слово «прибежище» имеет точное соответствие.

Вторая глава – это указание метода установки ума. Далее третья глава – устранение ошибок ума, и четвертая глава – это указание пути трансформации ума. Если на основе этих четырех глав вы будете практиковать первую йогу Махамудры – йогу однонаправленного сосредоточения, то вы обязательно сможете достичь результата, сможете развить шаматху. Первая йога основной упор делает не на пресечении корня сансары, а на развитии однонаправленного сосредоточения – шаматхи, что крайне необходимо. Эту йогу я объясню вам более подробно, а вторая и третья йоги в настоящий момент для вас недостижимы.

Первое – это отсечение коренной основы ума. Когда вы стараетесь концентрироваться, вас начинает беспокоить блуждание ума, и это – одно из главных препятствий в однонаправленной концентрации. Оно возникает до тех пор, пока существует коренная основа этого блуждания. Для того чтобы уменьшить блуждание ума в процессе медитации, необходимо подсесть коренную основу ума, то есть блуждающий ум. Этот комментарий я получил от выдающихся мастеров и поэтому понимание этой темы у меня очень точное. В наше время вы можете прочитать большое количество разных странных книг и не получить ясного понимания учения. В таком случае, получая учение от меня, вы интерпретируете его по своему, и это может стать другой, странной Махамудрой. А если вы свое интерпретированное учение будете давать другим, то они тоже его интерпретируют, и получится еще более странная Махамудра. Так происходит деградация учения. Поэтому для вас очень важно не заниматься интерпретацией учения, важно понимать мои слова для того чтобы подсесть коренную основу ума, то есть блуждающий ум.

Что вам необходимо сделать? Главное противоядие вам необходимо искать в Сутре. В Тантре не объясняются какие-то особые противоядия. В Тантре дается учение о том, каким образом использовать наитончайший ум. А самый богатый материал вы извлекаете из Сутр. Поэтому очень важно перед медитацией подумать о четырех печатях. Они очень полезны для подсекания коренной основы блуждающего ума. Те философы, которые принимают четыре печати, – это буддийские философы, а те, кто не принимает – не буддийские. В этом основное различие между буддийскими и не буддийскими философами. Какое бы философское учение вы ни получали, в конце концов, оно должно быть связано именно с этими печатями. Вам необходимо квалифицировать его именно с этими печатями.

Итак – первая печать: все производное, то есть все, что возникает из причин, непостоянно. Вторая печать: все, рожденное под контролем омрачений, обладает природой страданий. Третья печать: все феномены пустотны и бессамостны. Четвертая печать: только нирвана ведет к блаженству. Четыре печати означают четыре конечных заключения. Это главная буддийская теория и она никогда не изменится. Эта теория существовала в прошлом, существует в настоящем и будет существовать в будущем.

Далее, каким образом вам нужно размышлять об этих четырех печатях для того, чтобы подсесть коренную основу блуждания ума? Вам нужно кратко провести анализ того, что является корнями блуждания ума. Один из корней блуждания ума – это концепция постоянства. Другой корень – это наше убеждение в том, что внешние объекты являются объектами счастья. Третий корень – это самая главная основа блуждания ума – убеждение в том, что все феномены являются существующими истинно и самосуше. Четвертый корень – уверенность, что ум, полностью свободный от омрачений не является настоящим покоем, а что настоящий покой возникает, если мы обречем какой-то внешний объект. Машина, деньги, слава и прочее – это основа для блуждания ума. Эти четыре ошибочных представления являются не только коренной основой для блуждания ума, но и основой для всех омрачений. Когда вы подсекаете эти четыре неправильных представления – четыре коренных основы блуждания ума посредством правильного воззрения, тогда ум перестанет блуждать и концентрация станет лучше.

Итак, первая печать – это непостоянство. Различают два вида непостоянства – грубое и тонкое. Сначала подумайте о четырех видах грубого непостоянства: любое рождение заканчивается смертью, любая встреча заканчивается расставанием, любое накопление заканчивается растратой и любой взлет заканчивается падением. Это то, что в конце завершается страданием, поскольку не существует ничего надежного. В результате ваш ум, блуждающий где-то вовне, сразу же успокаивается, потому что понимает, что все объекты во внешнем мире ненадежны.

Далее подумайте о тонком непостоянстве, о том, что причина, которая производит результат, сама является причиной его разрушения и поэтому объект каждый миг разрушается. Разрушение объекта не зависит от какой-то другой причины, кроме той, которой он обязан своим появлением. Это – буддийская логика очень высокого уровня. Благодаря такой логике буддисты видят устройство мира очень ясно, им не нужен микроскоп, они видят, что все, что является производным, возникает из причины и все время разрушается. Две с половиной тысячи лет назад в буддизме было известно, что та чашка, которую вы видите сегодня, сильно отличается от чашки, которая была вчера. Чашка разрушается каждый миг, но вы этого не видите. Теперь наука подтверждает, что это так и чашка разрушается каждый миг. Если все внешние объекты каждый миг разрушаются, то зачем тогда к ним привязываться? Главная причина блуждания ума – это привязанность и, размышляя об этом, вы уменьшаете привязанность. Это самый лучший профилактический способ для уменьшения блуждания ума. Так, с пониманием непостоянства вы немного подсекаете эту коренную основу блуждания ума.

Вторая печать – то, что рождено под контролем омрачений, имеет природу страдания. Здесь следует немного подумать о двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения: «Из трех возникают два, из двух возникают семь результатов страдания, а из семи – снова три». Когда вы испытываете страдания, вы вновь создаете причины страданий – у вас вновь возникают три причины страданий – неведение, желание и цепляние. Из этих трех омрачений у вас возникают два – карма и существование, то есть, два кармических отпечатка. Когда проявляются эти кармические отпечатки, опять возникают семь результатов страданий. Таким образом, происходит вращение в сансаре с безначальных

времен. Все сансарические объекты, к которым вы привязаны, имеют природу страдания и не имеют природы счастья, зачем же к ним привязываться? Как бабочка привязывается к масляной лампе и сгорает в пламени. Сейчас для вас пришло время пробудиться от этого заблуждения. Отсеките эту привязанность к сансарическим объектам и развивайте однонаправленную концентрацию, поскольку у привязанности к сансарическим объектам нет основы. Чем глубже вы понимаете учение о четыре благородных истинах, тем больше оно вас трогает, до слез. Если вы ранее выполняли аналитические медитации по четырем благородным истинам, отдельно по пунктам и очень подробно, то когда вы сжимаете это учение, у вас возникает сильное чувство.

В одном из перерождений Будда был принцем – бодхисаттвой. Он объявил в своем царстве: «У кого есть драгоценная Дхарма, пожалуйста, передайте ее мне и я дам вам все, что вы захотите». К нему пришел один мудрец и сказал: «У меня есть драгоценная Дхарма, но легко я тебе ее не передам. Для этого тебе необходимо вонзить тысячу игл в свое тело». Принц – бодхисаттва согласился: «Я готов это сделать, только, пожалуйста, передайте мне учение Дхармы». Какое учение дал этот мудрец принцу – бодхисаттве? Он сказал следующее: «Все производное непостоянно, все рожденное под контролем омрачений имеет природу страдания, пять совокупностей пусты от самобытия, поэтому не существует ни «Я», ни «МОЕГО». Так он объяснил три печати. А если вы понимаете три печати, то мудрость поможет вам понять косвенно и четвертую печать. Когда принц – бодхисаттва услышал эти слова, он испытал очень глубокое чувство, поскольку у него были глубокие отпечатки Дхармы из предыдущих жизней. Эти отпечатки, как магнит, притянули все учение о непостоянстве и из его глаз потекли слезы. Положение о том, что все рожденное под контролем омрачений обладает природой страдания, притянуло учение о четырех благородных истинах. Пять совокупностей пусты от самобытия и поэтому нет «Я» и «МОЕГО». Немного подумайте о пустоте себя и всех феноменов.

Итак, как я вам только что говорил, вам необходима убежденность в том, что видимость всех внешних феноменов неотделима от вашего ума. Все видимости, которые у нас возникают, – это видимости самобытия и они являются основой для блуждания ума, поэтому их необходимо устранить. Мастера говорили о том, что если вы не устраняете эти видимости, а устраняете что-то другое, то это не помогает подсечь корень блуждания ума. Например, с точки зрения Сватантрики Мадхьямики все видимости не являются обманчивыми. Например, чашка, которая является вашему зрительному сознанию, не отрицается. Устраняется что-то другое, и тогда, с точки зрения Прасангики Мадхьямики, основа для блуждания ума все равно остается. То, что вам является со стороны чашки – это ее самохарактеристики. Сватантрика Мадхьямика говорит, что собственные характеристики существуют, и если вы опровергаете собственные характеристики, то тогда это превращается в небытие.

С точки зрения Прасангики Мадхьямики, любая видимость, которая у вас возникает в настоящий момент – это видимость самобытия. Все это иллюзия. А что остается? Остается просто тонкое номинальное существование, которого вы не видите. Оно не разрушается. Далее, подумайте о том, что сам ум также пуст от самобытия. Эта пустота ума и является Дхармакаей. У вас должно быть четыре убежденности. Первая – вы должны быть убеждены в том, что все видимости неотделимы от вашего ума. С помощью понимания пустоты вы отвергаете все эти внешние видимости, думая, что это просто проекция ума. Второе – вы думаете, что ум, который дает все эти обозначения, также пуст от самобытия. Третье – вы обретаете убежденность в том, что пустота наитончайшего ума – ясного света, который существует с безначальных времен и продолжает существовать, – это Дхармакаей. Существует два вида Дхармакаей. Один из них называется Дхармакаей таковости, а другой называется Дхармакаей мудрости, основы, и эта Дхармакаей неотделима от вашего ума. Если

вы пребываете с ней, то это состояние безупречного покоя. Это четвертая печать. Эти четыре печати объясняются в Сутрах, там им дается более тонкое объяснение и за счет этого они становятся более мощными. Итак, пресечение основы блуждания ума мы закончили.

Если вы обретаєте полное и глубокое понимание философии, то тогда эти четыре печати, которые отсекают коренные основы блуждания ума, становятся для вас более эффективными. Тогда и ваша медитация становится настоящей. Вы сидите в позе медитации и в вашем уме происходят изменения в самом его корне – коренные изменения. Из ваших глаз текут слезы, и волоски на теле встают дыбом, а ум пребывает в очень счастливом состоянии, и время проходит как один миг.

Далее, вторая глава – это указание метода установки ума. Существуют два метода установки ума: это поиск воззрения с помощью медитации и поиск медитации с помощью воззрения. Здесь, в четырех йогах Махамудры, указывается способ установки ума – поиск воззрения через медитацию. Для этого очень важно, в первую очередь, развить однонаправленную концентрацию. Атиша говорил: випашьяна, осуществленная с помощью шаматхи, может полностью устранить омрачения из ума. Поэтому в первую очередь развейте шаматху. Атиша – подлинный мастер, и нам необходимо практиковать в соответствии с этим его советом. Тогда вы не уйдете в ложном направлении. Также проверяйте и мои советы, и если они противоречат советам мастеров прошлого, то прибегайте к советам мастеров прошлого, они более важны. Когда мастера прошлого давали свои советы, то делали это на основе коренных текстов и слов Будды.

Здесь Панчен-лама приводит выдержку из коренных текстов Слова Будды. Опираясь на чистую нравственность, можно достичь концентрации, а после развития концентрации необходимо медитировать на мудрость. Таким образом, вы устраняете корень сансары. Поэтому в первую очередь очень важно иметь чистую нравственность. Будда говорил, что на основе чистой нравственности развивается концентрация. Что же такое нравственность? Настоящая нравственность – это непричинение вреда ни одному живому существу. Но никак не отношения между мужчинами и женщинами. По-настоящему аморальными являются действия, которыми вы причиняете вред другим. Если вы просто немного хулиганите, то это тоже неправильно, но об аморальности надо говорить только с точки зрения нанесения вреда другим. Самое страшное, когда все ваши мысли только о себе. Нравственность – это чувство, которое возникает, когда вы оцениваете свои действия с позиции ненанесения вреда другим.

Далее, в дополнение к этому идет речь о нравственности Махаяны – это решение принять ответственность за всех живых существ, их счастье и страдания. Это очень высокая нравственность и она крайне необходима для развития шаматхи. Нравственность не причинения вреда живым существам – это нравственность Хинаяны, и она также необходима для Махаяны. В Махаяне в дополнение к этому вы берете на себя ответственность за счастье и страдание всех живых существ. Каждый день напоминайте себе об этой нравственности и действуйте в соответствии с ней.

В первую очередь для нравственности непричинения вреда очень важны четыре акта ненасилия. Первый акт – если на вас злятся, то не злитесь в ответ. Это нравственность очень высокого уровня – не отвечать злом на зло. Это практика терпения. Если у вас есть такая нравственность, то развить шаматху гораздо легче. Если на вас кто-то разозлился, а вы в ответ разозлились в два раза сильнее, то шаматха от вас далеко. Перед тем, как развивать шаматху, в повседневной жизни тренируйтесь в этом. То, что вы живете в городе, поможет вам в этом, потому что, если бы вы жили в уединенном месте, то не смогли бы практиковать эти четыре акта ненасилия. Далее, второй акт ненасилия – если вас ругают, то не ругайте в

ответ, не защищайте себя, просто сохраняйте молчание. Если то, что о вас сказали, – правда, то не защищайте себя, а если неправда, то просто промолчите. Просто скажите себе: «Может быть, в предыдущих жизнях я его ругал и теперь мои слова возвращаются ко мне обратно, как колесо острых кинжалов, и здесь винить некого, кроме самого себя». Третий акт – если вас прямо в лицо, или за спиной критикуют – не отвечайте. Сохраняйте свой ум в покое и умиротворении. Если вас критикуют по делу, то это очень хорошо, можно развиваться дальше. Если же это неправда, то тоже хорошо, поскольку у вас есть шанс сделать свой ум сильнее. Далее, четвертый акт ненасилия – если вас бьют, не бейте в ответ. Как Ангуллимала, который однажды отправился в деревню, где до этого он убил множество человек. Жители деревни набросились на Ангуллималу, били его, но он не отвечал им. Эти четыре акта ненасилия очень важны, они называются четырьмя актами, символизирующими последователя Будды. Если вы не совершаете этих четырех актов, то не являетесь последователем Будды. Итак, в зависимости от высокой нравственности возникает шаматха, а в зависимости от шаматхи вы развиваете випашьяну.

Теперь рассмотрим, каким образом нужно медитировать. Объясняется это в двух заголовках: подготовка и установка ума на объекте медитации.

Итак, подготовка. Здесь два заголовка – это подготовка и непосредственно сама практика. Что касается подготовки, здесь Панчен-лама приводит слова Будды Майтрейи: место, где медитируют мудрые люди, должно быть таким, чтобы еда и вода были доступны. Это место должно быть благословлено практикующими прошлых времен. Там не должны легко возникать болезни, то есть окружающая среда должна быть здоровой. Кроме того, у практикующих должна быть хорошая компания, хорошее окружение. Вы все это уже знаете, я вам это уже объяснял. Здесь необходимы шесть благоприятных условий для развития шаматхи. Когда вы развиваете однонаправленную концентрацию, очень важно совершать шесть подготовительных практик, которые объясняются в Ламриме. Кроме того, важно подготовить сиденье для медитации, для этого нарисуйте свастику на том месте, где будет ваше сиденье, и положите туда же траву куша. Она предотвращает загрязнения, идущие от земли, из-за которых у вас может пропасть желание медитировать и ум станет сонным, а тело слабым. Трава куша предотвращает эти загрязнения (русский вариант травы куша — это сорго, то, из чего делают веники).

Теперь о сидении для медитации. Это может быть деревянное невысокое, около десяти сантиметров, сиденье, скошенное спереди на четыре или пять сантиметров. На этом сиденье вы рисуете свастику, кладете траву куша, а сверху подушку для медитаций. Важно, чтобы задняя часть сиденья была чуть приподнята, а передняя часть была ниже. Если это будет не так, то вы сразу же заснете. Когда задняя часть подушки приподнята, то ваш ум находится в бдительном состоянии и циркуляция ветров в теле правильная. Итак, вы садитесь в семичленную позу Вайрочаны, то есть в позу лотоса или полулотоса, разницы нет. Ваш позвоночник прямой, голова опущена немного вперед, плечи расправлены. Каждый раз, когда вы медитируете, убедитесь, что сидите в правильной позе, – эта внимательность в отношении тела тоже является практикой. Перед тем, как вы сядете медитировать, убедитесь, что у вас правильная поза: ваши ноги перекрещены, спина прямая, плечи расправлены, голова слегка опущена вперед, руки соединены, рот слегка приоткрыт.

В первую очередь начните с девятикратной дыхательной йоги. Вы визуализируете центральный канал, правый и левый каналы синего и красного цвета. Они соединяются и входят в центральный канал ниже пупка. Эту практику полезно выполнять и в повседневной жизни, она устраняет беспокоящую энергию, которая является основой для негативных эмоций и естественным образом их становится меньше.

Один из уникальных моментов в Тантре – это йога ветров. В Тантрах говорится, что корнем сансары являются не только омрачения, но также энергия ветра основы омрачений. В прошлом один мастер обратился с таким вопросом к другим мастерам: в чем состоит корень сансары? Все мастера отвечали, что это неведение и омрачения. Поскольку у этого человека были высокие отпечатки Тантры, его такой ответ не устраивал. Как-то он встретил великого мастера Тантры, медитировавшего в горах, и спросил у него, в чем состоит корень сансары. Мастер ему ответил, что корнем сансары является негативная энергия, являющаяся корнем всех омрачений. Когда он услышал этот ответ, то из его глаз потекли слезы, потому что у него были очень высокие отпечатки Тантры. Он сделала простираание, и попросил мастера научить его, как устранить корень сансары. Мастер передал ему посвящение и научил его практике Тантры, и первой из них была девятикратная дыхательная йога. Выполняйте ее каждый день, она очень хороша и полезна для здоровья тела и ума. Существует много упражнений для тела, но для этого необходимо много времени, а у вас его нет. Сказать по правде, я ленивый человек, и если занятие не связано с развитием ума, а только для тела, то меня это не очень интересует. Вы такие же, как и я, потому что каков Учитель, таков и ученик.

Итак, ладони вы кладете друг на друга, а большие пальцы соединяете кончиками друг с другом. Ладонь правой руки тыльной стороной вы кладете на левую ладонь. Такое учение вам необходимо получать напрямую от Учителя, тогда передача этого учения будет для вас все более и более эффективной. Далее, вы зажимаете правую ноздрю и делаете полный вдох через левую ноздрю, затем зажимаете левую и выдыхаете через правую ноздрю. При этом, когда вы вдыхаете, то визуализируете, что вся позитивная энергия всех будд и божеств проникает в ваш левый канал, а вся негативная энергия, которая является основой для ваших омрачений, опускается вниз по этому каналу и после этого перемещается в правый канал. Далее, когда вы делаете выдох через правую ноздрю, то визуализируете, что через правую ноздрю из вашего правого канала выходит вся негативная энергия. Далее вы делаете вдох через правую ноздрю и через левую выдыхаете. После этого вы делаете вдох обеими ноздрями и также выдыхаете обеими ноздрями. Итак, вы делаете три раза по три – итого девять. Для очищения вешего тела эта практика очень полезна. В повседневной жизни совершайте также четыре акта ненасилия.

Сейчас передача мантр.

Первая мантра – это мантра увеличения заслуг. Перед тем, как выполнить практику, произнесите эту мантру семь раз и тогда ваши заслуги от этой практики увеличатся в сто тысяч раз. Визуализируйте меня в облике Манджушри и повторяйте за мной. Визуализируйте, как мантра в виде белого света исходит из моего рта, проникает к вам в рот и остается в вашем сердце:

ОМ САМБАРА САМБАРА ВИМАНА САРА МАХА ДЗАВА ХУМ
ОМ СМАРА СМАРА ВИМАНА СКАРА МАХА ДЗАВА ХУМ

А теперь мантра для благословения четок:

ОМ РУЦИ РАМАНИ ПРАПА ТАРЬЯ ХУМ.

Мантра для увеличения заслуг от простирааний. Поскольку у вас нет большого количества времени, то когда вы делаете простираания, читайте мантру и заслуги от простираания будут возрастать:

НАМО МАНДЖУШРИЕ

НАМО СОШИРИЕ
НАМА У ТАМА
ШРИЕ СОХА.

А теперь, поскольку нас интересует практика Тантры, важно, когда вы принимаете душ или умываете лицо, читать мантру омовения своего тела нектаром. В это время думайте, что дакини поливают ваше тело из сосудов нектаром и этот нектар устраняет все загрязнения вашего тела. Существует три вида нектара. Первый вид – это нектар неболезней, он устраняет болезни. Второй вид – это нектар бессмертия. Это не означает, что вы никогда не умрете, но он спасает вас от преждевременной смерти. Третий нектар на тибетском языке называется незагрязненным нектаром. Эти слова и термины на тибетском языке передавались в точном соответствии с санскритом, и поэтому на русском звучат несколько странно. Что касается незагрязненного нектара, то если вы оmyваете себя этим нектаром, пьете его, то он устраняет ваши омрачения, но одного этого недостаточно. Однако, он помогает, как дополнение, для уменьшения омрачений. В буддизме нет такого нектара, с помощью которого можно было бы полностью устранить все омрачения, но нектар является условием для уменьшения ваших омрачений.

Когда у вас в уме правильный образ мышления и сильна вера в Духовного Наставника, то если Духовный Наставник поливает вас этим нектаром, дает его вам, то такой нектар полностью отличается от обычного нектара. Однако, если вы всем дадите незагрязненный нектар, то это не будет гарантией того, что у всех исчезнут омрачения. Такого нет, но когда есть сильная вера, тогда этот процесс может произойти, может произойти даже чудо. Когда у вас есть вера в божества, то они могут спасти вас от страдания, от большого количества проблем. Но абсолютно все за вас божества сделать не могут.

Когда вы получаете учение по философии, то начинаете думать, что не существует боготворца и это верно. Кроме того, у вас начинает развиваться убеждение, что все зависит от вашего состояния ума. У большинства буддистов здесь возникает слегка атеистичный образ мышления. Вы начинаете считать, что не стоит поклоняться божеству, раз все зависит от вас, не стоит выполнять ритуалы, читать молитвы. Это другая крайность – когда вы начинаете игнорировать силу божеств и силу ритуалов. Это вредно, но вредно также считать, что это самое главное. Здесь баланс очень важен.

Если у вас есть прибежище и сильная вера в Будду, то Будда сможет спасти вас от падения в низшие миры. Известно множество исторически подтвержденных фактов, когда люди с сильным прибежищем оставались невредимы после расстрелов во время китайских репрессий. Поэтому, когда вы принимаете прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе, не думайте, что Будда указал вам путь и на этом его сила закончилась. Он каждый день вас защищает, подобно матери, защищающей ребенка.

Сейчас передача мантры умывания:

ОМ АРЬЯМ ЦИРКАМ ВИМАНАСЕ УЦУСМАН МАХА ТОТА ХУМ ПЕ.

Самое главное для вас – это вера, и если вы хотите практиковать Тантру, в первую очередь исследуйте ее. Как только вы приняли это учение, то у вас должна быть стопроцентная вера и вы не должны иметь сомнений, потому что это учение никогда не даст вам плохого результата.

Многие люди едят мясо, поэтому сейчас я передам мантру для употребления мяса. Умершие животные будут обретать более высокое перерождение, а также они устанавливают с вами кармическую связь. Они уже мертвы, но другие люди не могут сделать такого посвящения:

ОМ АВИРА КЕ ЦАРА ХУМ

Семь раз прочитайте эту мантру, подуйте на мясо, и тогда животное, чье мясо вы едите, обретет хорошее перерождение и установит с вами кармическую связь. Думайте так: «Сегодня, благодаря твоему телу, я выживаю. Сейчас я практикую Дхарму, а в будущем я смогу отблагодарить тебя. Пусть ты станешь моим первым учеником, когда я достигну состояния будды, я отблагодарю тебя за доброту. Жизнь за жизнью пусть я смогу благодарить тебя». Если у вас есть такой образ мышления, тогда то, что вы едите мясо, очень важно, потому что другие не будут так думать.

В буддизме говорится, что если вы заказали убийство животного, то это черное мясо, вам не нужно его есть – это строго запрещено. Если вы слышали или видели, что кто-то убил животное для вас, то это тоже черное мясо. Самому убивать животное, чтобы съесть его мясо, тоже запрещено. Это три вида черного мяса. Такое мясо никогда не ешьте. В отношении остального нет выбора – животное уже мертво, но когда вы произносите эту мантру, то у животного появляется преимущество. В Тантре много таких разрешений, потому что существуют искусные методы. В некоторых текстах по Сутре накладывается запрет на употребление мяса, но в Тантрах мясо есть разрешается, потому что, если у вас есть уникальный образ мышления, то вы можете принести пользу животному. В Сутрах привязанность запрещается, а в Тантрах разрешается.

Посвящение заслуг.

До нашей следующей встречи будьте добрыми и будьте счастливы. Очень важно помнить все сказанное: если на вас злятся, то не злитесь в ответ. Если вас ругают, то не ругайтесь в ответ. Если вас критикуют, то не критикуйте в ответ, и даже если вас бьют, то не бейте в ответ, самое лучшее – это просто убежать или вызвать полицию. Не злиться, – это не означает, что вы разрешаете другим делать с вами, что им захочется. Внутри оставаясь добрыми, снаружи можно продемонстрировать гнев. Вы можете ругать других из сострадания к ним. Вот ругать кого-то из гнева, – этого делать никогда не следует, это очень большая ошибка. Это ваша практика.

Будьте счастливы.