

Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. С мотивацией укротить свой ум, с мотивацией принести благо всем живым существам получайте благословение Белой Тары. Во время получения благословения для вас очень важно иметь альтруистическую мотивацию. Альтруистическая мотивация – это когда вы думаете не только о себе, вы думаете, что так же как я я хочу счастья и не хочу страдать, точно также все живые существа испытывают те же чувства. Визуализируете себя и всех живых существ как стоящих вместе и получайте благословение, это очень важно. В настоящий момент для вас непрактично заботиться о других больше, чем о себе, сейчас это невозможно. Если вы будете так поступать, для вас это слишком большая доза, через три дня вы вообще не захотите заниматься духовной практикой. Я всегда говорю о том, что если вы принимаете такую дозу, вам нужно принимать ее в соответствии с вашей силой. Здесь очень важно не думать, что вы – самый главный, но важно и не думать, что вы вообще не важны. Здесь необходима середина. Вы уважаете себя и уважаете всех вокруг. Не уважать себя – это тоже неправильно. Очень важно уважать свои права тоже. Но это не означает, что вы – самый важный, это эгоистичный ум, неправильный ум. Думать, что вы – самый важный, на это нет хороших оснований.

Вы всего лишь один человек, других – большинство, поэтому очень нелогично думать, что «я самый важный», – так поступает глупый ум. Для вас практично думать о том, что так же как вы хотите счастья и не хотите страдать и другие испытывают точно такие же чувства. Поэтому, думайте так: «Когда я что-то делаю, я делаю это ради счастья всех». Это очень важно и это очень практично. Чтобы улучшить экономику в мире, очень важно придерживаться именно такого принципа: мне нужна прибыль и мой партнер тоже хочет обрести прибыль, у него также должна быть прибыль, прибыль необходима всем. Если компания основана на принципах общего блага, она будет работать лучше. И в семье так же, в отношении всех членов семьи думайте, что все должны быть счастливы. У всех есть одинаковые права. Поэтому, когда ваш ум думает, что вы самый главный, вам нужно возразить, что вы не самый главный, все равны. Муж не должен быть главнее жены. И наоборот, когда жена главнее мужа – это тоже неправильно. Мне не нравится мужской шовинизм, женский шовинизм мне тоже не нравится. В семье кто прав, у того и сила. На самом деле у всех одинаковые права, которые нужно соблюдать. Тогда в семье будет гармония. В прошлые времена в семье был уклон в сторону мужского шовинизма. Сейчас возрастает женский шовинизм. Обе эти крайности неправильные. Очень важно, чтобы у всех были одинаковые права, чтобы все были счастливы.

Ваш подход в жизни должен быть следующим: не нужно сидеть ни на чьей голове или шее, и не позволяйте другим садиться вам на шею, – это очень важный принцип. Все должны сидеть на своем месте, и вы должны сидеть на своем месте, тогда все будут счастливы. Зачем сидеть на чужой голове? Хоть это и очень удобно, вы будете бояться, что тот, на ком вы сидите, убежит. Не пускайте также других сидеть на своей голове. Это тоже неправильно. Иногда люди думают, что если вы духовный человек, то нужно быть скромным, со всеми соглашаться, пускать людей сидеть на своей шее – это глупо. Внутри у вас должен быть здоровый образ мыслей. Но если люди сидят на вашей шее, то это неудобно им, неудобно вам, нужно говорить, чтобы они сидели на своем месте. Лицо можно сделать немного строгим ради чужого блага. Внутри вы не должны злиться, но лицо вы можете сделать такое, как будто вы чем-то недовольны. Если вы духовный человек и из-за этого слишком мягкий, говорите другим, что любите их больше, чем себя, тогда у вас ничего не получится.

В наше время многие люди внутри злятся, но снаружи ведут себя так, как будто бы вообще не злятся. Они смеются и говорят, что не злятся, – это неправильно. Вы должны поступать наоборот. Внутри сохраняйте очень сильную любовь, но снаружи не демонстрируйте, что вы кого-то сильно любите. Это как умелые родители, которые очень любят своих детей.

Когда дети поступают неправильно, родители ведут себя так, как будто это им не нравится. Родители внутри очень любят своих детей, но ради их блага они ведут себя немного строго. Глупые родители позволяют детям делать все, что им хочется и этим портят детей. Это искусный метод, применяя его, вы будете оставаться добрыми все время.

Что касается буддийских божеств, то вы можете увидеть, что некоторые из них имеют гневный облик, почему? Это не потому, что они злые. Они совершенно не злые, они очень добры. Внутри они подобны снежным горам, очень чистые, заботятся о других, больше, чем о себе. Но для того, чтобы приносить благо живым существам, иногда они действуют в очень гневной форме. Некоторые буддийские божества выглядят мирными. Есть люди, к которым можно найти мирный подход. Но некоторым живым существам невозможно помочь мирным способом. Таким существам божества помогают в гневном аспекте. Вы должны быть такими. У вас должно быть множество различных аспектов, вы не должны иметь всего лишь один характер, одну черту. У вас должно быть много черт характера, подобно большому количеству разной одежды. Когда наступает лето, надо носить летнюю одежду. Когда наступает зима, надо надевать зимнюю одежду. Если вы будете зимой надевать летнюю одежду, это вам не подойдет. Когда летом вы надеваете зимнюю шубу, то вам это тоже не подходит. Ваш характер – это как одежда. Когда ситуация спокойная, все доброе, тогда ваше поведение должно быть как летняя одежда, – спокойное и тонкое. Когда ситуация не так хороша, как, например, зимой, когда слишком холодно, тогда надо надевать теплую шубу, нужен строгий характер. Вам надо знать, как действовать в соответствии с ситуацией, – это очень важно. Когда в вашей жизни присутствует та философия, те принципы, о которых я вам говорю, – это будет практичным для вас. Тогда вы сможете жить в соответствии с теми принципами, которые я объяснял вам вчера. Такой здоровый образ мышления в повседневной жизни для вас очень полезен, он подходит вам. Благодаря ему ваш ум будет становиться все более и более здоровым.

Для того чтобы получить благословение Белой Тары в первую очередь вам необходимо принять обет прибежища. Самый главный обет прибежища – это обет не вредить другим. Это ваша самая главная практика – не вредить другим. Это вы можете практиковать двадцать четыре часа в сутки. Двадцать четыре часа в сутки не делайте ничего плохого другим – это ваша практика. Основную часть времени спите, это очень хорошо, потому что во время сна вы никому не вредите.

Шантидева – великий индийский йогин много спал. Он говорил о том, что вначале сон – это самая лучшая практика. Почему? Например, если в какой-то семье у матери тяжелый характер, то, когда она засыпает, в доме становится очень тихо. Если сын уже почти разбудил маму, отец скажет, чтобы сын не будил ее, чтобы она еще поспала. Потому что в доме стало тихо. Когда мама спит, в дом приходит покой. Поэтому вначале, когда злой дух в вашем уме активен, самая лучшая практика – это спать. Когда вы в плохом настроении, когда ваш внутренний злой дух становится немного активным, вы можете сказать всем «до свидания», закрыть дверь и просто лечь спать.

Вам надо думать так, что если вы не можете кому-то помочь, то у вас нет права никому вредить. Решите для себя, что никогда и никому не будете вредить, – это этика. Это самая главная этика в религии. Во имя религии вы не можете никому вредить, – это противоречит религии. Это одинаково в любой религии. Люди, не понимающие по-настоящему религию, во имя религии убивают друг друга, дерутся – это позор всем религиям. В нашем мире религиозные люди становятся нерелигиозными людьми. Везде есть религиозные группы христиан, мусульман, буддистов. Если во имя религии начнутся конфликты, то половина этих религиозных групп станут атеистами. Они будут видеть, что во имя религии происходят конфликты и убийства, и решат, что не хотят быть религиозными людьми.

Когда я вижу по телевизору, что во имя религии происходит какой-то конфликт, мне становится стыдно. Когда религиозная группа конфликтует на религиозной почве – это позор. Поэтому последователи любой религии должны подчеркивать людям, что главная цель религии – это помогать другим и не вредить другим. Если вы вредите другим, то, пожалуйста, не используйте имя религии. Это позорит религию. Поэтому для того, чтобы получить благословение Белой Тары, первый обет – это обет не вредить другим. Если вы не примете такого обета – не вредить другим, то, даже если вы получите определенную силу, благодаря благословию Белой Тары, вы можете неправильно ее использовать. Это станет чем-то полностью противоречащим духовной практике.

Далее, вторая причина, по которой вам следует принять такой обет, – обет не вредить другим. Если вы не хотите страдать, то вам нужно перестать создавать причины страданий. В буддийской философии говорится, что причины ваших страданий возникают не откуда-то извне, это результат ваших собственных действий. Ваши вредоносные действия – это причины ваших страданий. Какое бы вредоносное действие вы ни совершили, это действие оставило негативный кармический отпечаток в вашем уме. Когда такой негативный кармический отпечаток встречается с условиями, то он порождает страдание, из него возникает страдание. Поэтому все ваши проблемы – это может быть головная боль или какая-то катастрофа – все это является результатом ваших собственных вредоносных действий. Если вы обретете в этом убежденность, то вы поймете, в чем источник ваших страданий.

В вашей жизни очень важно знать, где источник ваших страданий. Что касается болезней, вам так же необходимо знать, откуда приходят эти болезни. Если вы остановите причину болезни, тогда и страдание прекратится. Например, если у вас с крыши течет грязная вода, вам очень важно знать, откуда она протекает. Если вы это знаете, вы можете просто заделать эту дыру, тогда грязь в вашем доме не появится. Точно также, источник всех ваших страданий – это причинение вреда другим, ваши негативные действия. Если вы это остановите, то автоматически день за днем ваших страданий будет становиться все меньше и меньше. Я могу вам сказать это с уверенностью на сто процентов. Это ваша практика. Итак, сегодня ради собственного блага не вредите другим. Потому что, если вы вредите другим, вы тем самым косвенно вредите себе. Вам нужно все время помнить о том, что если вы вредите другим, то косвенно вы тем самым вредите сами себе. Это очень важная осознанность. Если вы об этом знаете, то у вас никогда не появится желания вредить другим.

Далее, вторая причина, по которой вам не следует вредить другим, – это сострадание. Например, если кто-то вредит вам, то, как вы себя чувствуете? В особенности, если у вас есть проблемы, а кто-то вам создает еще больше проблем, как вы себя чувствуете? Точно также у всех достаточно собственных проблем, зачем вы усугубляете их проблемы? Итак, не только потому, что тем самым вы вредите сами себе, но из сострадания вы тоже говорите, что никогда не будете вредить другим. «У этих людей все время есть бесконечные проблемы, если я не могу им помочь, то, как же я тогда могу причинять им вред?» – думайте так.

С таким чувством сегодня пообещайте, что вы не будете вредить ни одному живому существу. Это прибежище. Так вы станете подходящими сосудами для получения благословения Белой Тары. С того момента, как вы принимаете этот обет и держите его, то есть перестаете вредить другим, даже если вы не называете себя буддистом, вы становитесь настоящим буддистом. Вы становитесь буддистом, хотя вы можете говорить, что вы атеист. Если же у вас нет такого обета, вы постоянно вредите другим, обманываете, а потом

говорите, что вы – буддист, ваш отец буддист, ваш дедушка буддист, – это все ерунда, вы не настоящий буддист, вы просто фанатик.

Поэтому в нашем мире очень мало настоящих буддистов, мало настоящих христиан и настоящих мусульман. Из-за этого на религиозной почве возникают конфликты. Если бы все мусульмане были настоящими мусульманами, конфликтов бы не было. Если бы все христиане были настоящими христианами, они бы никогда никому не вредили. Настоящее учение христиан и мусульман – не вредить никому даже одну секунду. Это суть учения. Посмотрите в книгах, там нет ни одной записи о том, что надо вредить другим. Написано, что если вы любите бога, вам надо любить всех живых существ. Не вредить – это главное учение. Если вы продолжаете вредить другим, то вы не являетесь ни буддистом, ни христианином, ни мусульманином. Тогда вы настоящие фанатики. Даже хуже, чем те люди, которые являются атеистами. Они не верят в бога, но живут спокойно, никому не вредят. Я их очень уважаю, уважаю гораздо больше, чем тех людей, которые во имя религии вредят другим.

Теперь визуализируйте здесь на алтаре божество Белую Тару, и меня также в облике Белой Тары. Чтобы провести благословение Белой Тары очень важно провести мероприятия с двух сторон. Со своей стороны я уже провел подготовку. Я уже призвал божество Белую Тару, она находится здесь. Вы со своей стороны породите правильную мотивацию, а также визуализируйте все то, о чем я буду говорить – это вторая подготовка. Если эти два вида подготовок объединяются вместе, то вы получаете благословение. Невозможно, чтобы только я один передал вам благословение. Вам со своей стороны необходимо правильно подготовиться, тогда вы получите благословение. Например, благословение можно сравнить с тем, что я лью нектар в сосуд вашего ума. Если в этом случае вы не поставите сосуд своего ума правильным образом, например, перевернете его вверх дном, то вы не получите никакого нектара. Со своей стороны я подготовил вам нектар, я лью этот нектар вам. Вам со своей стороны необходимо правильно поставить сосуд своего ума, чтобы он был чистым, тогда вы получите благословение.

Также визуализируйте, что вы находитесь внутри мандалы. Мандала – это резиденция божества. Это очень красивый дворец, который имеет четыре входа. Визуализируйте это. Восточные ворота мандалы белые, южные ворота – желтые, западные ворота – красные, а северные ворота – зеленые. Это прекрасный дворец – мандала, он сделан из драгоценностей. Внутри этого прекрасного дворца визуализируйте двух божеств. Первое божество Белая Тара – на алтаре, это главное божество. И меня также визуализируйте в облике Белой Тары, как помощника. Одно то, что вы визуализируете себя внутри мандалы, защитит вас от всевозможных препятствий.

Сейчас просто визуализируйте это. В будущем, когда ваша негативная карма очистится, вы сможете напрямую это увидеть с помощью своего ментального сознания. С сильной верой, с очень счастливым состоянием ума соедините руки и визуализируйте, что вы окружены всеми живыми существами. Когда я буду произносить НАМО ГУРУБЭ, НАМО БУДДАЯ, повторяйте за мной. В этот момент изо рта Белой Тары на алтаре, из моего рта в облике Белой Тары исходит белый свет, проникает вам в рот и остается в вашем сердце в виде чистого обета прибежища. Так вы повторяете это трижды и после этого вы получаете этот обет, обет не вредить другим. Почувствуйте, что с этого момента изо всех сил вы будете стараться не вредить ни одному живому существу. Это ваше обещание мне. Это ваш самый лучший подарок для божества, а также для меня. Учение не может передаваться бесплатно. Это самая главная плата. Мне не нужна ваша денежная плата, мне нужна ваша ментальная плата, ваше обещание, что вы не будете вредить ни одному живому существу. Это ваша

плата за мое учение. Теперь дайте такое обещание. Из всех сил старайтесь никому не вредить. Зачем вредить другим? Итак, соедините руки и повторяйте за мной.

Принятие одного лишь обета прибежища недостаточно. Для того чтобы получить благословение Белой Тары, вам также необходимо принять обет бодхичитты. Главный обет бодхичитты – это обет помогать другим. Теперь вам нужно понять, почему следует помогать другим. Это очень важно знать. Если вы помогаете другим, то косвенно вы тем самым помогаете себе. Все, любое маленькое счастье, которое вы испытываете в этой жизни – это результат ваших позитивных действий, которые вы совершали в предыдущих жизнях. Поэтому не думайте, что в нашем мире нет справедливости. Закон кармы – самый справедливый закон. Даже для сына Будды закон кармы будет работать. Закон кармы работает одинаково для всех. Сам Будда говорил, что закон кармы будет работать одинаково для всех, будь то его родственники или его близкие, разницы нет. Как вы поступаете, такой результат и получаете. Закон кармы не похож на российские законы. От российских законов есть, например, неприкосновенность у депутатов. Это несправедливые законы. Закон должен быть одинаков для всех. Если бедные люди нарушают закон, то они при этом немного вредят, если могущественные люди нарушат закон, это может быть очень опасным, они могут причинить очень большой вред.

Поэтому, если вы видите какую-то несправедливость, то не расстраиваетесь, закон кармы самый справедливый. Будда говорил, что вы совершили какую-то негативную карму, вредоносное действие и затем доказываете людям, что никому не вредили, это все равно, что в темном доме выпить яда, затем вытереть рот и доказывать другим, что вы не пили яда. Это не имеет никакого значения, потому что, когда этот яд проявится, вы получите результат. Закон кармы на сто процентов существует, поэтому все время есть эта справедливость, не беспокойтесь. Вы не можете обвинять никого вокруг себя, только самих себя – из-за закона кармы. Когда у вас возникает какая-то проблема, она возникает из-за ваших собственных неумелых действий, ваших собственных вредоносных действий. Если вам не хватает счастья, это означает, что вы не делали достаточно хорошего для других. Поэтому, если вы хотите счастья, самый лучший способ – это радовать других людей. Ваше счастье не возникает просто в силу ваших желаний о собственном счастье. Вам необходимо создавать причины счастья. Причины счастья – это делать что-нибудь хорошее для других. Если вы пообещаете, что будете радовать других, то тем самым для себя вы сделаете гораздо больше, чем для других. Поэтому это очень хороший, важный принцип, думать так, что всю свою жизнь вы будете стараться помогать другим.

Вчера я вам говорил, что вам как начинающим не нужно просыпаться рано утром. Так же нет необходимости закрывать все окна, двери и так далее, это необязательно. Первое, самое главное – не вредить другим и не позволять своему уму встречаться с плохими условиями. Второе – из всех сил старайтесь помогать другим. Будьте счастливы и делайте счастливыми других людей. Это ваша практика. Пойте песни, будьте счастливы, радуйте других людей, это тоже ваша практика. Даже если вы просто улыбнетесь, пошутите, чтобы кого-то порадовать, это тоже духовная практика. Как я вам говорил вчера, если вдруг вы видите, что в отношениях между вашими соседями, между мужем и женой есть дисгармония, то скажите что-нибудь такое, что восстановит гармонию в их отношениях. Это тоже ваша практика.

Обещайте, что куда бы вы ни поехали, вы будете делать что-нибудь хорошее для этого общества. И это ваша практика. Я не хотел бы, чтобы вы надевали на себя такую буддийскую шапку, на которой написано «я буддист», мне это вообще не нужно. Вам не нужна такая шапка. Сколько шапок вы уже надевали! Главное, что вы – человек. Не надо надевать шапку с надписью «русский человек» или «красноярский человек», «христианин», «мусульманин». Сколько шапок вы уже надевали! Мы все люди, все живем на этой

маленькой планете. Самое главное – это то, что вы человек, не надо надевать много шапок. От множества шапок идет дисгармония. Потом вы начинаете некоторые шапки воспринимать как чужие. В нашем мире нет чужих.

В буддийской философии говорится, что все живые существа были нашими матерями, и мы – одна большая семья, поэтому нам нужно делиться. Вам нужно быть очень хорошим человеком. Снимите русскую шапку, зачем она вам? Мы все люди, живущие на этой планете. Американцы, европейцы, арабы – все одинаковые люди. Но есть непонимание. Сначала вам самим нужно снять шапку русского человека, потом всем остальным станет стыдно, и они тоже задумаются – зачем они надели свои шапки. Тогда все станут как люди, – будут друг друга уважать, наступит гармония. В Америке люди слишком привязаны к тому, что они американцы. Арабы слишком привязаны к тому, что они арабы. Поэтому происходят конфликты. Россияне должны показать хороший пример. Россияне должны снять свои русские шапки и смотреть на всех как на одинаковых людей. Это будет очень большим вкладом в наш мир. Поэтому обещайте, что будете изо всех сил стараться помогать другим. Теперь соедините руки. Это ваше обещание – ваша плата за мое учение. Итак, ваша практика – куда бы вы ни отправились, будьте счастливы и делайте счастливыми других людей.

Соедините руки и повторяйте за мной. Когда вы за мной повторите трижды, на третий раз визуализируйте как изо рта Белой Тары на алтаре, из моего рта в облике Белой Тары исходит белый свет, проникает к вам в рот и остается в вашем сердце в виде обета бодхичитты. Далее помолитесь: «Пусть я стану источником счастья для всех живых существ. Пока существует пространство, пока живые живут, пусть и я остаюсь вместе с ними и освобождаю их от страданий – это моя мечта». Тогда вы станете источниками счастья для других. Когда вы становитесь источником счастья для других, то вы сами первым становитесь самым счастливым человеком в мире. Теперь повторяйте за мной. С очень высоким, счастливым состоянием ума. Я счастлив, что вы стали источниками счастья для других. Старайтесь все время оставаться такими, какими вы являетесь сейчас и тогда вы все время будете очень чистыми людьми. Вы станете немного святыми людьми.

Теперь просьба о благословении тела Белой Тары. Я произношу эти слова на тибетском языке, повторяйте за их мной. Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик, произносить мантру, визуализируйте на алтаре Белую Тару и меня также в облике Белой Тары. Из области лба исходит белый свет и нектар, наполняет ваше тело и очищает вас от большого количества негативной кармы, накопленной вашим телом, а также устраняет ваши всевозможные болезни и оставляет семя тела Будды в вашем уме.

Для того чтобы очиститься от негативной кармы, созданной вашим телом, вам очень важно породить четыре противоядия. Если вы не принимаете противоядие правильно, если вы не знаете, как правильно принимать противоядие, то эта негативная карма не исчезнет из вашего ума. Например, если на компакт-диске записана какая-то информация, но вы не знаете, как правильно стирать, вы не сможете ее удалить. Если вы просто моете диск, так вы не удалите информацию. В индуизме знают о том, что негативная карма очень опасна, что это причина страданий. Но их метод очищения негативной кармы примитивен. Они говорят, что, совершая омовение в реке Ганг, тем самым очищают негативную карму, поэтому многие последователи индуизма по утрам купаются в реке Ганг. Даже если холодно, они все равно купаются, потому что думают, что это поможет очищению. Но так невозможно очистить негативную карму.

В некоторых религиях говорится о том, что если вы будете себя бить, издеваться над собой, так вы очистите негативную карму, но это тоже неправильно, это примитивный метод.

Простым испытанием боли вы никогда не очистите негативную карму, это невозможно. Это примитивный образ мышления. Например, если вы приняли яд, вам необходимо устранить этот яд. А если вы просто будете резать тело, таким образом яд не выйдет из вашего тела. Если вы примите душ, этот яд тоже не выйдет, необходимо устранять его изнутри. Поэтому совершать омовение в реке Ганг, думая, что вы очищаете негативную карму, это все равно, что с мылом мыть компакт-диск. Сколько бы вы его ни намывали, информация с него не удалится. В буддизме говорится, что отпечатки негативной кармы – это не какая-то материя на вашем теле, поэтому вы не можете устранить ее, просто принимая душ или совершая омовение в реке Ганг. Даже буддийская святая вода или христианская святая вода не сможет вас очистить. Буддийская ваджра, приложенная к голове, также не сможет очистить негативную карму. Святая христианская вода, также как и буддийская святая вода вас не очистит от негативной кармы. Это не догма, это научный подход. Поэтому, если тибетский лама говорит, что, касаясь ваджрой вашей головы, он очищает негативную карму, то это неправда, это невозможно.

Чтобы удалить информацию со своего компьютера, вам нужно знать, каким образом это делается, что предоставляют собой эти отпечатки и где они находятся. Тогда с помощью одного маленького действия вы сможете удалить большое количество информации, это на сто процентов точно. Точно также отпечатки негативной кармы – это не материя, они называются «составной фактор». Это отпечатки, которые хранятся в уме. Эти отпечатки необходимо устранить, применяя четыре противоядия, которые также связаны с умом. Когда отпечаток в уме, нужно очищать ум. Когда тело грязное, нужно очищать тело. Это логично. Эти четыре противоядия вам важно знать.

Первое противоядие. Это сожаление о негативном действии, которое вы совершили. Если у вас нет сожаления, вы не сможете очистить отпечатки негативной кармы. Поэтому в первую очередь очень важно породить сильное сожаление о негативных действиях, совершенных вашим телом, это очень важно. Подумайте, что все те вредоносные действия, которые я совершал своим телом и в этой жизни и во множестве предыдущих жизнях, такие как убийство, воровство и прелюбодеяние, обо всем этом я сожалею от всего сердца. Это первое противоядие.

Второе противоядие. Это противоядие опоры. Для того чтобы очистить отпечатки негативной кармы здесь вы полагаетесь на такое божество как Белая Тара. Вы просите «Белая Тара, пожалуйста, помогите мне очиститься от этих отпечатков негативной кармы». Здесь сила объекта очень полезна для очищения отпечатков негативной кармы. Это второе противоядие.

Третье противоядие – это непосредственно само противоядие, когда вы визуализируете, что из лба Белой Тары на алтаре, из моего лба в образе Белой Тары исходит белый свет и нектар, наполняет ваше тело и очищает вас от отпечатков негативной кармы. Это само противоядие.

Четвертое противоядие. Это решимость в будущем не повторять негативных действий: «Я из всех сил буду стараться такого больше не повторять». Если эти четыре противоядия присутствуют, то нет такой негативной кармы, которая не могла бы очиститься. Поэтому вам очень повезло, сегодня вы очищаете огромное количество негативной кармы, которая является прямой причиной вашего страдания. Только я один это сделать не могу, мы вместе сможем это сделать. Это также как, например, пациент не может избавиться от болезни собственными силами, доктор один не может избавить пациента от болезни. Здесь необходимо, чтобы деятельность шла с двух сторон. Больной слушает доктора, затем он принимает лекарства, так он излечится.

Теперь выполняйте визуализацию. Эти свет и нектар не только очищают отпечатки негативной кармы, они также устраняют все ваши болезни. Почувствуйте, что очищение происходит не только у вас, но также очищаются отпечатки негативной кармы всех ваших друзей, родственников, всех живых существ. Это для вас будет более эффективно. Почувствуйте, что здесь по-настоящему присутствует божество Белая Тара, вы просто ее не видите, но она по-настоящему здесь есть.

Я могу вам сказать с уверенностью на сто процентов, что сегодняшний день – очень значимый день в вашей жизни. Вы закрыли дверь своим страданиям и открыли дверь к своему счастью. Вы поняли направление своей жизни – это продвигаться в таком направлении, в котором и вы, и все другие существа становитесь счастливыми. Вы здесь не проводите деления, не разделяете никаких живых существ, даже маленькое насекомое имеет право быть счастливым. Думайте так, что вы – одна большая семья и вам надо что-то делать ради счастья всех живых существ. Тогда ваша жизнь станет значимой.

В чем смысл жизни? Смысл жизни не в том, чтобы накопить очень много богатства. Если вы накопите очень много богатства, у вас всего лишь один желудок, что вы сможете с ним сделать? Если у вас очень много богатства, у вас всего лишь десять пальцев, что вы сможете сделать? Если вы на каждый палец наденете по кольцу, будет уже некрасиво. Если вы все увешаны драгоценностями, это выглядит некрасиво. Зачем это надо, это детские игрушки. Смысл жизни в том, чтобы сделать свою жизнь значимой для себя и для других, то есть приносить счастье и другим и себе. Создавать причины счастья для всех живых существ. Очищать причины страданий у себя и всех живых существ. В этом смысл жизни.

Теперь просьба о благословении речи. Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте на алтаре Белую Тару и меня также в облике Белой Тары. Из нашей области горла исходит красный свет и нектар, наполняет ваше тело и очищает вас от большого количества негативной кармы, накопленной вашей речью, благословляет вашу речь и оставляет семя речи Будды в вашем уме.

Как я говорил вам до этого, помните об этих четырех противоядиях. Первое – это сожаление о негативной карме, созданной вашей речью. В этой жизни и во множестве предыдущих жизней вы произнесли очень много вредоносных слов, которые задевали чувства других людей. Пожалейте об этом от всего сердца. Второе – это опора на божество Тару. Просите Белую Тару о помощи очиститься от отпечатков негативной кармы, созданной вашей речью. Третье – это непосредственно противоядие, ваша визуализация красного света и нектара, который наполняет ваше тело и очищает от негативной кармы, созданной вашей речью. Четвертое – это решимость более такого не совершать. Когда присутствуют все эти четыре противоядия, то нет такой негативной кармы, которую вы не могли бы очистить. Теперь выполняйте эту визуализацию с большой радостью в уме и также с верой, что такое происходит на самом деле, но вы этого не видите. Чувствуйте, что ваша речь становится очень чистой. Итак, ваша речь достаточно чиста, не загрязняйте ее сразу же. По меньшей мере, одну неделю сохраняйте речь в чистоте. Вы узнаете, получили вы благословение речи или нет, когда откроете свой рот. Если вы открываете свой рот и люди вокруг вас разбегаются, это означает, что вы не получили благословение речи. Признак того, что вы получили благословение речи, если вы открываете рот, начинаете что-то говорить, то другие люди с интересом вас слушают, смеются, улыбаются, рады вас слышать. Тогда это знак, что вы получили благословение речи.

Теперь просьба о благословении ума. Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте на алтаре Белую Тару, меня также в облике Белой

Тару. Из нашей области сердца исходит синий свет и нектар, наполняет ваше тело и очищает вас от большого количества негативной кармы, накопленной вашим умом, благословляет ваш ум и оставляет семя ума Будды в вашем уме. Чтобы очиститься от негативной кармы, созданной вашим умом, очень важны четыре противоядия. Первое – сожаление о негативной карме, созданной вашим умом. Второе – это опора на божество Тару. Третье – правильная визуализация того, о чем я вам говорю. Четвертое – это решимость больше такого не совершать.

В конце загадайте одно мирское желание. Поскольку мы все живем в материальном мире, такие материальные желания тоже необходимы. В буддизме не отрицается материальное развитие, говорится, что оно также важно. О чем говорится в буддизме? О том, что только материальное развитие – это неправильный метод решения проблем.

В буддизме не отрицается бог, но говорится, что только бог не может сделать все. Некоторые люди думают, что буддисты не верят в бога. Это неправильно. Буддисты не верят в бога – создателя всего. Бога-создателя нет. Если бы бог мог все создать, то с самого начала он бы сделал все идеальным. Он же сначала как будто создал проблемы, а потом помогает их решать. Зачем это надо? Зачем сначала создавать проблемы, а потом, если кто-то просит, помогать их решать? Если бы у меня была сила, я бы с самого начала сделал все превосходным, чем потом помогать. Поэтому в буддизме говорится, что бог не может являться творцом всего вокруг, это не соответствует реальности.

В буддизме говорится, что вы не можете создать принципиально новые частицы в нашем мире. Любая частица является продолжением предыдущих частиц. В науке уже открыт этот закон. Это то, о чем говорилось в буддизме две с половиной тысячи лет назад. В наше время в науке закон сохранения массы и энергии говорит о том, что вы не можете создать никаких новых частиц. Также вы не можете полностью уничтожить какие-то частицы. Все является продолжением предыдущих частиц, кроме того, вы не можете прервать поток этих частиц, они все время будут существовать. Также, что относится к внешней материи, в буддизме говорится, что это касается и нашего ума. У ума нет начала и нет конца. Наш ум возникает из предыдущего момента, предыдущий момент возникает из предшествующего момента и так далее, и у этого нет начала, как у материи. У нашего ума нет конца, он все время продолжает существовать. Поэтому у нашей жизни нет начала и нет конца.

Поэтому бог не может являться творцом всего вокруг, но бог существует. Он может вам помочь. Но только бог не может сделать все, вы сами должны проявлять инициативу. Это называется «понимание срединного пути». По-русски это называется «золотая середина». Буддизм не как другие религии, где нужно молиться богу-создателю, который решит все проблемы. Вы читаете молитвы, просите о еде, но еда сама к вам не придет. Вам самим нужно приготовить еду. Когда атеист видит, как его религиозный сосед каждый день читает молитвы, а у него нет картошки, то он думает, что поступает правильно, зарабатывая себе на картошку и оставаясь атеистом.

В буддизме говорится, что и атеист придерживается до какой-то степени правильной точки зрения, и религиозная точка зрения правильная до какой-то степени. Между ними важно равновесие, очень важны факты. Ваши действия очень важны, но одних лишь ваших действий недостаточно. Вам также необходима помощь от божества. Так же как студент в университете без профессора не сможет открыть ни одной теории. Без помощи профессора вы будете открывать теорию долгие часы, а работа вместе будет очень полезна. Также один профессор, без ваших усилий не сможет сделать вас ученым. Если вы не будете сами учиться, а только будете просить профессора, вы не станете ученым. Это здравомыслие. Вы на пятьдесят процентов зависите от профессора, а на пятьдесят процентов – от своих

собственных действий. Точно также на пятьдесят процентов вы зависите от своих собственных действий, а на другие пятьдесят процентов – от могущественного божества.

Поэтому материальное развитие в буддизме не отрицается, но одного лишь этого недостаточно. Вам необходимо, чтобы материальное и духовное развитие шли вместе. В особенности в двадцать первом веке эти два вида развития: материальное и духовное должны идти рука об руку, вместе. Тогда наше будущее поколение будет жить очень мирно. Поэтому загадайте одно мирское желание. Не три и не два, а только одно желание. Выберите, что именно вы хотите загадать. Теперь выполняйте эту визуализацию. Желание загадывайте не вначале. Вначале проведите очищение негативной кармы, созданной вашим умом. Кто-то сразу же захотел загадать желание. В конце загадайте свое какое-то очень важное желание. Скажите: «Божество Белая Тара, у меня есть такое-то желание, пожалуйста, помогите мне исполнить это желание». Не думайте, что завтра утром ваше желание тут же исполнится. На это потребуется время.

Если я дам вам семечко цветка, и вы посадите его в землю, на завтрашнее утро оно не вырастет. Даже маленькому цветку требуется время для того, чтобы вырасти. Если вы загадываете большое желание, то на его осуществление потребуется больше времени. На сто процентов оно сбудется, просто понадобится время. Также вам нужно что-то делать для того, чтобы это желание сбылось. Я расскажу вам один анекдот. Один человек просил у бога миллион долларов, потому что он хотел помогать другим. Он молился, молился, но так и не получил миллиона долларов. Затем он умер. После смерти в состоянии бардо он встретил бога. Он спросил у бога, почему тот не дал ему миллион долларов, ведь он хотел помогать многим людям. Бог сказал: «Да, ты молился, но ты ничего не делал. Если бы ты купил хотя бы один лотерейный билет, у меня был бы шанс тебе помочь. Но ты не купил даже одного лотерейного билета, как же я мог тебе помочь?» Для того чтобы Тара могла помочь осуществить ваши желания вам нужно самим что-то делать, тогда Тара вам поможет. Теперь соедините руки.

Вы должны быть очень счастливы. Сегодня вы создали очень хорошие причины вашего счастья. С этого момента и жизнь за жизнью ваше направление – это направление доброты. Быть добрым – это самое главное. Продвигайтесь по пути доброты. Куда бы вы ни отправились, будьте счастливы и радуйте других людей. Это ваше направление. Тогда я могу сказать вам с уверенностью на сто процентов, что из жизни в жизнь вы будете счастливы, и все божества будут также следовать за вами и поддерживать вас.

Теперь просьба о благословении тела, речи и ума. Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте на алтаре Белую Тару, меня в облике Белой Тары. Из наших трех областей (области лба, горла и сердца) одновременно исходят белые, красные и синие лучи света с нектаром, наполняют ваше тело и очищают вас от большого количества негативной кармы, созданной вместе вашими телом, речью и умом, а также стабилизируют благословение ваших тела, речи и ума. Это последнее благословение, визуализируйте его хорошо.

Теперь, куда бы я ни поехал, я везде передаю обет не употреблять алкоголь. В прошлый раз я его передавал и сейчас передаю его снова. У некоторых людей этот обет становится все слабее и слабее. Я хотел бы его передать снова, чтобы этот обет стал сильнее, чтобы они не нарушали его. Если бы я в этот раз не приехал, я переживал, что некоторые из моих учеников могут нарушить этот обет. Также вам нужно понять, почему вам не нужно пить алкоголь. Он невкусный и делает ваш ум более глупым. Научно доказано, что это настоящий яд для вашего тела. Поэтому я всех вас прошу, пожалуйста, примите такой обет

не употреблять алкоголь и наркотики. Если кто-то из вас не пьет алкоголь и не принимает наркотиков, примите такой обет, чтобы никогда в своей жизни не прикасаться к алкоголю и наркотикам. Будьте осторожны с этим «чуть-чуть». Русские говорят, что чуть-чуть не считается, – это неправильно. Все алкоголики говорят, что чуть-чуть не считается, а потом становятся алкоголиками. Итак, молодое поколение, прошу вас, примите такой обет не употреблять алкоголь и наркотики. В особенности родителям очень важно принять этот обет, чтобы подавать хороший пример своим детям.

В качестве платы за мое учение я прошу всех вас принять этот обет. Также я вас прошу, кто бы ни пришел к вам домой в гости, не угощайте его алкоголем, это тоже ваше обещание. Кто приходит к вам домой? – только близкие люди. Зачем же угощать их ядом? Если они огорчатся, пусть огорчатся, но не угощайте их ядом. Скажите, что любите их, поэтому не хотите наливать им яд. Скажите, что хотите угостить их вкусным соком, чаем, накормить вкусной едой. Такая традиция должна существовать в России. У России есть только один враг – это алкоголь. В семьях возникает очень много трагедий из-за алкоголя. Поэтому вы все с сильной решимостью примите такой обет не употреблять алкоголь и наркотики. Если у кого-то из вас есть такое пристрастие, то очень важно принять такой обет. Этот обет поможет вам перестать употреблять алкоголь.

Выполняйте визуализацию. На алтаре визуализируйте Белую Тару, меня в облике Белой Тары, над моей головой Его Святейшество в облике Будды Шакьямуни. Когда я буду произносить тибетские слова, повторяйте их за мной, они означают: «Будды и бодхисаттвы, пожалуйста, послушайте меня, я по имени такой-то, с этого момента и до самой смерти никогда не буду пить алкоголь. Это мое обещание. Я принимаю такой обет – неупотребления алкоголя». Повторяйте за мной это трижды. На третий раз визуализируйте, как изо рта Будды над моей головой, из моего рта, изо рта Белой Тары на алтаре исходит белый свет, проникает вам в рот и остается в вашем сердце в виде обета не употреблять алкоголь. И этот свет в вашем сердце поможет вам не употреблять алкоголь. Тогда, даже если вы будете спать, вы будете накапливать очень высокие заслуги.

С высоким воодушевлением принимайте такой обет. Когда вы повторяете за мной, повторяйте не тихим голосом, думая, что тем самым, вы примете меньший обет. С сильным воодушевлением, громко повторяйте эти слова за мной. Такая сила духа очень важна, с ней вы можете сделать все, что угодно. Теперь повторяйте за мной, громко, не тихо, с воодушевлением.

Спасибо за принятие обета не употреблять алкоголь. Вам нужно понимать, что если вы болеете, то какое-то лекарство на спирту вы можете принять именно в качестве лекарства, а не ради удовольствия. Здесь вы пообещали, что не будете никогда употреблять алкоголь для удовольствия. В буддизме нет догм, поэтому иногда бывает, что какое-то количество спирта, лекарство на спирту может быть полезно от каких-то болезней. Тогда, как лекарство, а не как алкоголь, немножко, маленькую дозу можно принять.

Теперь передача мантр. Первая – мантра Белой Тары для долгой жизни. Когда я буду произносить эту мантру, повторяйте ее за мной, визуализируйте передачу мантры, которая в виде белого света исходит изо рта Белой Тары на алтаре, из моего рта, проникает вам в рот и остается в вашем сердце в виде передачи мантры. Теперь повторяйте за мной:

ОМ ТАРЕ ТУТАРЕ ТУРЕ МАМА АЮ ПУНЬЯ ДЖНЯНА ПУШТИ ТАРАМ КУРУ СОХА

Мантра Зеленой Тары для успеха в вашей жизни:

ОМ ТАРЕ ТУТТАРЕ ТУРЕ СОХА

Мантра Авалокитешвары для увеличения ваших любви и сострадания:
ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ

Основную часть времени читайте эту мантру, чтобы сделать себя добрым человеком. Эта мантра обладает силой делать вас все более и более добрыми. Если вы злитесь и хотите себя успокоить, начинайте читать мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ и постепенно вы успокоитесь.

Читайте:

«ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, пусть все будут счастливы» и не думайте ни о чем плохом.

Теперь мантра Манджушри для увеличения вашей мудрости:
ОМ АРА ПАЦА НАДИ

Теперь мантра Ваджрапани для возрастания вашей силы:
ОМ ВАДЖРАПАНИ ХУМ ПЭ

Мантра Будды медицины для вашего здоровья:
ТАДЬЯТА ОМ БЕКАНЗЕ БЕКАНЗЕ МАХА БЕКАНЗЕ БЕКАНЗЕ РАНЗА САМУТГАТЕ
СОХА

Мантра Будды Шакьямуни:
ОМ МУНИ МУНИ МАХАМУНИЕ СОХА

Мантра Ламы Цонкапы:
МИГМЭ ДЗЕВЕ ТЕРЧЕН ЧЕНРЕЗИ
ДИМЭ КЕНБЕ ВАНГПО ДЖАМ ПЕЛ ЯН
ГАНЧЕН КЕНБЕ ДЗУГЬЕН ЦОНКАПА
ЛОБСАН ДАГПА ШАВЛА СОЛВА ДЕП

Этого для вас достаточно. Сейчас, когда я поставлю тормоз на голову Андрея, визуализируйте, как Белая Тара размером с большой палец на вашей руке по центральному каналу через макушку головы опускается в ваше сердце, где у вас располагается трон из цветка лотоса и лунного диска. С этого момента Белая Тара остается на этом троне, и ваше тело становится храмом, в котором находится живая статуя.

Благословение окончено, завтра я уезжаю. До нашей новой встречи будьте добрыми и будьте счастливы. Вам этого бензина достаточно на шесть месяцев. Это бензин доброты. Что касается бензина для негативных состояний, то вы его получаете каждый день и вам не нужно его накапливать. Что касается позитивного бензина, то вы его получаете, когда приезжает ваш Духовный Наставник. Я уеду, и хотя меня не будет рядом с вами, учение, которое я вам передал, все время будет с вами. Когда вы меня вспоминаете, вспоминайте мое учение. На практике искренне старайтесь сделать себя более хорошими людьми. Я желаю вам всего наилучшего в вашем развитии ума. Не беспокойтесь, дважды в год я буду к вам приезжать, и из всех сил буду стараться помогать вам развивать ваш ум.