

Я очень рад видеть всех вас здесь, на благословении Белой Тары. Для того чтобы получить благословение Белой Тары, в первую очередь очень важно подготовить свой ум, породить правильную мотивацию. Благословение – это такой процесс, что только один лишь я не могу вам передать благословение, необходимо, чтобы этот процесс шел с двух сторон. Совершенно точно существует святое божество, обладающее невероятной силой, и вам со своей стороны, чтобы получить ее, необходимо породить в уме правильную мотивацию. Если вы установите чистую связь, то знаком этого будет то, что в вашей жизни день ото дня ваш ум будет становиться все более и более счастливым, ваш ум будет становиться более добрым, более мягким, – это признак благословения. И то, что вредоносные духи не могут вам вредить – это тоже знак того, что вы получили благословение. Благодаря этому благословию я могу сказать с уверенностью на сто процентов, что вам не грозят всевозможные болезни, эпидемии, ваш иммунитет также станет крепче благодаря этому благословию.

Современные ученые тоже говорят о том, что всевозможные опасные бактерии все время присутствуют вокруг нас, но когда иммунитет становится слабым, тогда мы заболеваем. Наш иммунитет становится слабым в том случае, когда в уме проявляется очень много беспокойства, множество негативных эмоций – это ослабляет иммунитет. Чем более негативными вы становитесь, тем более слабым становится ваш иммунитет, это совершенно точно. Современные ученые также исследовали этот вопрос и выяснили, что чем больше человек злится, тем более он подвержен сердечным заболеваниям. Две с половиной тысячи лет назад говорилось о том, что здоровый ум очень важен и для здоровья нашего тела. Ваш здоровый ум очень сильно связан со здоровьем вашего тела, поэтому, если вы хотите иметь здоровое тело, очень важно обрести здоровый ум.

Не позволяйте негативным эмоциям возникнуть в вашем уме, охраняйте его от негативных состояний ума – это ваша практика. Рано утром не обязательно вставать, я тоже рано утром не встаю. Самое главное – каждый день не допускать негативных состояний ума. Это ваша практика. Далее, необходимо порождать позитивные состояния, важно мыслить позитивно. Если вы позитивны, если имеете позитивный образ мышления, то ваш ум становится более здоровым. И когда ум становится более здоровым, то естественным образом иммунитет становится сильным. Таким образом, ваш здоровый образ мышления делает вашу жизнь здоровой жизнью. Поэтому в повседневной жизни вам необходим такой образ мышления.

Я знаю, что в настоящий момент вы не можете заботиться о других больше, чем о самих себе, но при этом вы можете думать: «Так же, как счастья хочу я, счастья хотят и другие, и поэтому пусть все будут счастливы». Это очень важно, чтобы все были счастливы. Это здоровый образ мышления. Больной образ мышления – это думать: «Только я один должен быть счастлив, а то, что страдают остальные – это не важно». Это очень больной образ мышления. Еще более болезненное мышление: «Пусть ради моего счастья дела этого человека придут в упадок, я его обманываю ради себя, ради своей выгоды». У такой жизни нет перспектив, скоро счастье закончится. Такой человек, куда ни пойдет – везде будет страдать. Поэтому для вас очень важно думать так: «Сегодня, когда мы собрались здесь, божество Белая Тара, пожалуйста, благословите меня и всех живых существ. Потому что мы все хотим счастья и не хотим страдать». Если вы думаете так: «Пожалуйста, благословите всех живых существ», то вы сами получаете самое мощное благословение, а получают ли его другие люди или нет, я не знаю. Наверное не получают, потому что они сами должны что-то сделать, чтобы получить благословение. Если вы просто желаете им благословения, от этого они его не получают. Но, тем не менее, благодаря этому вы получаете большее благословение и косвенно вы также можете помогать другим.

С таким образом мышления: «Белая Тара, пожалуйста, благословите меня и всех живых существ» вы получаете благословение. Также пребывайте здесь с очень счастливым, позитивным состоянием ума. Я уже провел всю необходимую подготовку, это не просто пустое помещение, здесь уже присутствует божество. Вам очень важно визуализировать то, что вы находитесь внутри мандалы, а мандала – это резиденция божества. Если вы просто визуализируете, что находитесь внутри мандалы, то в этом случае вы обретае очень хорошую защиту, а также укрепляете связь с божеством. Если вы находитесь где-то одни, в каком-то месте, где вам неспокойно, например, на кладбище, где вы чувствуете, что вам что-то угрожает, то в этот момент визуализируйте себя внутри мандалы Белой Тары – это резиденция божества в буддизме, и тогда ни один злой дух не сможет вам навредить. Они тогда даже вас не увидят. Вы в этом случае будете, как бы окружены огнем, и они не смогут к вам приблизиться – это я могу сказать вам с уверенностью на сто процентов. Здесь вам совершенно нечего бояться, после получения благословения вы уже установили связь с божеством Белой Тары и двери Белой Тары для вас открыты. Это очень выгодно. А те, кто не получал благословения от своего Духовного Наставника, даже если они визуализируют себя внутри мандалы, это им не помогает, поскольку у них нет связи, – поэтому связь очень важна.

Теперь, чтобы получить благословение Белой Тары, в первую очередь вам необходимо принять обет прибежища. Главный обет прибежища – обет не вредить другим. Причина, по которой вам необходимо принять обет прибежища, состоит в том, что, как говорится в буддизме, если вы вредите другим, то косвенно вы вредите себе. Источник ваших страданий – это вредоносные действия, которые вы совершали по отношению к другим, и не существует никаких других источников страданий, самый главный источник страданий – ваши собственные вредоносные действия. Вы можете думать, что главная причина ваших проблем – это кто-то во внешнем мире, но это неправильное понимание. Например, у вас на руке может быть рана, и если кто-то дотрагивается до этой раны, то вам становится больно. Вы думаете, что именно этот человек является создателем проблем, но в действительности главная причина ваших страданий – это то, что у вас на руке есть рана. Если у вас нет раны, то даже если кто-то дотрагивается до вашей руки, то это будет называться массажем. Поэтому вам нужно понять, что все ваши проблемы возникают из-за ваших собственных вредоносных действий. Поэтому, если вы не хотите проблем, не хотите страдать, то перестаньте вредить другим и перестаньте думать плохо о других, перестаньте желать проблем другим людям. Если вы желаете проблем другим людям, то вы сами обретае проблемы – это ваше собственное эго. Если в горной долине вы крикнете: «Ты глупый!» – то в ответ услышите также: «Ты глупый!» Вы услышали в ответ эхо именно тех слов, которые сказали сами. И точно так же, как вы относились к другим в этой и в предыдущей жизни, такой же результат вы и получите. Поэтому мой для вас совет: с этого времени обещайте, что не будете вредить ни одному живому существу. И это один из самых главных обетов – обет прибежища, и если вы будете его соблюдать – это ваша практика. Это очень мощная практика, вы можете просто спать и при этом выполнять эту практику, ничего не делая, не причиняя вреда ни одному живому существу. Просто держите в чистоте этот обет – это тоже практика. Сейчас породите сильную решимость, что с этого момента вы не причините вреда ни одному живому существу ни при каких условиях.

Итак, визуализируйте меня в облике Белой Тары. Здесь, на алтаре также визуализируйте Белую Тару. Над моей головой визуализируйте Его Святейшество Далай-ламу в облике Будды Шакьямуни. Когда я буду произносить: «НАМО ГУРУБЕ НАМО БУДДАЯ», повторяйте за мной. В этот момент визуализируйте, как белый свет исходит изо рта Белой Тары на алтаре, из моего рта, изо рта Будды Шакьямуни над моей головой, проникает к вам в рот и остается в вашем сердце в виде обета непричинения вреда другим – это прибежище. Это очень важный обет, который для вас очень полезен, и это также очень важный

фундамент для получения благословения Белой Тары. Потому что, если благодаря благословию Белой Тары вы получите определенную силу, вы никогда ею не злоупотребите и никогда не используете ее во вред другим. Поэтому такой обет принять совершенно необходимо перед получением благословения.

Теперь соедините руки. С сильной решимостью пообещайте: «Я не буду вредить ни одному живому существу, таково мое обещание». Если это трудно, скажите: «Я изо всех сил буду стараться не вредить ни одному живому существу». Именно так вам нужно стараться. Этот белый свет, который через рот проникает вам в сердце, будет защищать вас из жизни в жизнь, это очень мощная защита. Также вы не умрете преждевременно, и вредоносные духи не смогут вам навредить благодаря тому, что у вас в сердце есть такой белый свет – свет, который является обетом не причинять вред ни одному живому существу. Теперь повторяйте за мной: «НАМО ГУРУБЕ НАМО БУДДАЯ НАМО ДХАРМАЯ НАМО САНГХАЯ» – три раза.

Второй обет – это обет бодхичитты, обет помогать другим. Эти обеты необходимы для получения благословения Белой Тары. Причина, по которой вам необходимо принять такой обет – обет помогать другим, состоит в том, что если вы помогаете другим, то косвенно тем самым вы помогаете себе. Если вы хотите счастья, вам нужно создавать причины счастья. Самая мощная причина вашего счастья – это делать что-то хорошее для других. В повседневной жизни делайте что-то такое, чтобы порадовать, сделать счастливыми других людей – это ваша практика. Это буддийская практика. И практика христианства точно такая же – делать что-то хорошее для других. Это очень мощная практика, это универсальная духовная практика. Делайте что-нибудь хорошее для других. В повседневной жизни вы можете смотреть телевизор, можете вкусно кушать – на это нет запретов, можете ходить на дискотеки, танцевать и так далее, но не пейте алкоголь – это для вас не полезно. Потом на утро голова болеть будет, почки, печень – вы сами себе плохо делаете. Танцевать – это хорошо, фигура лучше будет. Не делайте того, что вредит вам и вредит другим – это называется «этика». Вначале, когда я услышал об этике в буддизме, я подумал: «Зачем нам это нужно?» Но позже я понял, что этика важна для любого человека, чтобы сделать его жизнь более здоровой. Что делает нашу жизнь здоровой? Этика. Если у человека в жизни есть этика, то его жизнь становится очень здоровой. Никогда не будет депрессий. Если у вас здоровый образ мыслей, и вы ведете здоровый образ жизни, то депрессии не будет. Вы всегда счастливы и смеетесь, куда бы ни пошли. Без этики жизнь становится больной, человек сам несчастлив и другие тоже несчастливы. Чуть-чуть счастья – потом опять депрессия. Поэтому в настоящий момент молодому поколению очень важно иметь этику.

Этика – это не тюрьма, этика – это здоровый образ жизни. Говорится, что если что-то является вредным для вас и для других, то этого делать нельзя, – это этика в отношении поведения, потому что это вредит вам и другим. Что касается тех действий, которые делают счастливыми вас и других, то наоборот, совершайте их. Современная наука говорит о том, что не нужно есть, что попало, потому что если вы едите все подряд, то вы заболеваете. Поэтому вам нужно знать, что следует есть, а что не следует есть, это очень важно. И это не тюрьма, это очень важно для здоровья тела. И точно также в буддийской этике говорится: «Не делайте все то, что приходит вам в голову». В молодости мы делаем все, что пришло в голову, а потом плачем. Потом сетуем: «Почему я так сделал?» Это детская этика. Если в голове возникают разные мысли, не нужно сразу пытаться их выполнять, нужно сначала определить, правильные они или нет, полезные или неполезные. Если они неправильные, значит, не нужно им следовать. Поэтому я хотел бы вам сказать, что сначала нужно подумать, а после этого сделать, не поступайте наоборот. Сейчас большинство молодежи сначала делают, а потом думают, правильно ли они поступили или нет. Это неправильно. Поэтому сначала подумайте, а после этого – сделайте. Не позволяйте себе делать все в

соответствии с любой мыслью, которая пришла вам на ум. Если пришла какая-то вредоносная мысль, то в этом случае не совершайте действий. В этот момент ничего не делайте, просто ложитесь спать, будьте настолько ленивыми, насколько это возможно. Вы же поступаете наоборот. Когда у вас в уме появляется позитивная или полезная мысль, в этот момент вы сильно ленитесь, говорите: «Потом, потом», и ничего не делаете. А когда возникает негативная эмоция, тогда, даже среди ночи вы делаете что-то. Если гнев приходит к вам среди ночи и ваши гневные мысли велят ему ругать подругу, вы сразу стучитесь к ней только для того, чтобы ругать. Когда возникает такая негативная мысль – кого-то отругать, скажите себе: «Потом, потом». А потом никогда не ругайте. Это очень важно, я так поступаю. Это очень полезно.

Я был хулиганом в детстве. Если я, в прошлом хулиган, смог обуздать свой ум, сделать его немного более здоровым, то вы, тем более, сможете. Благодаря тренировке вы сможете обрести в уме настоящую этику, сможете стать счастливым. Когда вы начинаете понимать механизм все более и более ясно, то в этом случае для вас этика – это просто здоровый образ жизни. И вы можете очень ясно увидеть, что если кто-то живет жизнью без этики, то это очень несчастная жизнь и вы почувствуете сострадание к этим людям. Когда я вижу людей без этики, то у меня сразу возникает сострадание к ним. Для них счастье быстро заканчивается – я все это вижу своими глазами. Если у человека высокая этика, то он постоянно счастлив. Вы также живите, придерживайтесь высокой этики. Вы добьетесь успеха, и любой успех будет гнаться за вами, если вы живете с высокой этикой. Итак, когда вы принимаете такие буддийские обеты, то обещайте, что вы будете придерживаться такой высокой этики, станете человеком принципа. И это очень важно в вашей жизни. Когда вы станете человеком принципа, работа и успех будут сами гнаться за вами. Высокая этика – это принципы, подобные меду. Везде, где есть мед, золотые пчелы будут сами на него слетаться, сами гнаться за вами, и поэтому сегодня со счастливым состоянием ума принимайте этот обет.

Теперь визуализируйте на алтаре Белую Тару, меня также в облике Белой Тары, над моей головой Его Святейшество Далай-ламу в облике Будды Шакьямуни. Сейчас, когда я буду произносить слова на тибетском языке, повторяйте их за мной и почувствуйте, что в этот момент вы обретае обет бодхичитты, обет помогать другим. И помолитесь: «Пусть я буду источником счастья для всех живых существ из жизни в жизнь, пусть, где бы я ни родился, я всегда приношу счастье и мир в это место», тогда вы будете счастливы из жизни в жизнь. С такой этикой, с такой нравственностью из жизни в жизнь вы будете рождаться с очень красивым телом. Причина красивого тела из жизни в жизнь – это высокая этика, нравственность и терпение. Так, создавайте причины, и вы все время будете счастливы и красивы.

Теперь соедините руки. Визуализируйте, как белый свет через рот проникает в ваше сердце и остается там в виде обета бодхичитты. До тех пор пока вы не станете добрыми людьми, я все время буду передавать вам этот обет. Этот обет – это бензин для того чтобы стать добрым. Каждый год я приезжаю к вам дважды, и каждый раз я буду передавать вам такой обет, позитивный бензин, и однажды благодаря этому вы совершенно точно станете прочными добрыми людьми. Вы станете настоящими источниками счастья для многих живых существ. И также вы станете давать такой бензин другим. Таким образом, вы сможете помогать другим существам, делая живых существ добрыми. Моя главная цель – не обратить вас в буддизм, а сделать вас добрыми людьми. Доброта – это самое главное. Мы все – люди и быть добрыми – это очень важно. Вам нужно понимать, что религия существует для того, чтобы делать людей более хорошими, то есть, люди важнее всего. Если во имя религии люди начинают убивать друг друга, то в этом случае цель религии теряется. Будда говорил: «В будущем, если во имя моей религии будет причиняться больше

страданий, то я сам уничтожу эту религию. Главная цель моей религии – это помогать живым существам, делать их счастливыми, и если она будет вредить, то я ее уничтожу». В наши дни это очень важно и я нахожу эти слова очень полезными. В наши дни из-за религии разгорается множество конфликтов, поскольку люди не понимают, что главная цель религии – это помогать другим, делать людей счастливыми.

А теперь – просьба о благословении тела Белой Тары. В буддийской традиции без просьбы ничего не передается, поэтому для того, чтобы что-то получить, вам необходимо обратиться с просьбой. Буддизм против миссионерства. Без просьбы в буддизме не разрешается передавать учение. Теперь обращайтесь с этой просьбой. Визуализируйте на алтаре Белую Тару, меня также в облике Белой Тары. Белая Тара – это божество активности, подумайте, что Белая Тара – очень доброе божество и определенная вера в божество очень важна. Для вас от этого одни лишь преимущества и в этом нет ничего опасного. Ученые говорят, что если люди верят, что обычная вода полезна, то эта вода по-настоящему им помогает. Им сказали, что вот эта обычная вода – особая, и если ее пить, то можно вылечить. Люди ее пили, делали анализы, и она действительно им помогала. Они говорили, что она, наверное, очень полезная. Верить во что-то хорошее для вас очень полезно. Простая вода может помочь, но здесь речь не идет о чем-то простом, здесь действительно присутствует божество, вы просто его не видите. Но если вы верите в божество Белую Тару, то получите невероятные преимущества. Из-за такой веры вы ничего не потеряете, будьте спокойны. Если бы я вас попросил поверить мне, положить все свои деньги на мой банковский счет, вот тогда вам нужно быть очень осторожными. По неосторожности можно деньги потерять. Здесь есть божество Белая Тара, вам выгодно в это верить. Даже если в действительности ее здесь нет, то это не причинит вам никакого вреда. Я могу вам сказать на сто процентов, что она здесь существует, и поэтому попросите: «Божество Белая Тара, пожалуйста, даруйте мне благословение тела». Это также очень важно для здоровья вашего тела. Что касается благословения тела, то оно не только очищает от негативной кармы, но также очень важно то, что оно делает ваше тело более здоровым, продлевает жизнь. Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик, читать мантру, визуализируйте Белую Тару на алтаре, и меня в облике Белой Тары. Из нашей области лба выходит белый свет и нектар и наполняет все ваше тело и, в первую очередь, очищает большое количество негативной кармы, созданной вашим телом, благословляет ваше тело, также этот свет и нектар удаляет большое количество болезней вашего тела.

Чтобы очиститься от негативной кармы, накопленной своим телом, очень важно, чтобы присутствовало четыре фактора. Если присутствуют эти четыре фактора, то нет такой негативной кармы, которую нельзя было бы очистить. Первый фактор – вам нужно пожалеть о негативных действиях, созданных своим телом. Чем сильнее у вас сожаление, тем сильнее вы проведете очищение негативной кармы. Сожаление возникает благодаря пониманию последствий этой негативной кармы, которую вы создали. Что касается негативной кармы вредоносных действий, которые вы совершили по отношению к другим, то эти действия оставили отпечаток в вашем уме, и когда этот кармический отпечаток проявляется, то происходят какие-то трагедии, возникают проблемы. В буддизме говорится, что все проблемы в нашей жизни, все страдания – это результат проявления этих отпечатков негативной кармы, поэтому очиститься от них очень важно, это прямые причины ваших страданий. Откуда возникают эти отпечатки негативной кармы? Они возникают из-за вашего негативного состояния ума, поэтому в буддизме говорится, что ваши негативные состояния ума – это создатели всех ваших страданий. Ничто другое, ни бог, ни другие люди, только ваши негативные состояния ума – это создатели ваших страданий. С этого момента уменьшите негативный образ мышления в своем уме. Это ваша практика.

Далее – второй фактор. Первый – это сожаление. Второй – это опора на божество Белую Тару. С верой просите ее: «Пожалуйста, помогите мне очиститься от отпечатков негативной кармы». Далее третий фактор: вы визуализируете белый свет и нектар, который вас очищает. Далее четвертый фактор – это решимость, что в будущем вы не будете повторять таких вредоносных действий. Если присутствуют все эти четыре фактора, то нет такой негативной кармы, которую нельзя было бы очистить. И это самый лучший способ, каким я могу помочь вам решить ваши проблемы. Это по-настоящему изменит вашу жизнь, это я точно могу вам сказать. Не резко изменит, а постепенно, шаг за шагом это поменяет вашу жизнь, поскольку вы производите эти изменения в самом корне.

В любой области, если вы хотите что-то изменить, то вам нужно менять что-то в самом корне. Тогда вы получите хороший результат. Поэтому, если вы делаете что-то на глубоком уровне, то это очень эффективно. Если в шахматной игре у вас возникла трудная ситуация, какая-то проблема, и вы решаете ее таким ходом, который меняет что-то в корне, то это будет очень эффективный ход. В вашей жизни очень важно совершать эффективные действия, и они принесут хороший результат. Слишком много действий совершать необязательно, но очень важно совершать эффективные действия. А остальную часть времени можете просто расслабляться. У меня не очень много энтузиазма, я – ленивый человек, но когда я что-то делаю – это эффективно. Потом я могу спокойно сидеть. В нашей человеческой жизни совершать много действий не надо, главное – эффективность. В бизнесе также: если вовремя купить, вовремя продать, работать эффективно, тогда будет прибыль. Днем и ночью бегать как таракан, – результата нет, нет эффективности. Если вы гонитесь за радугой – это еще хуже: будущее быстро наступит, вы много и быстро бегали, но результата нет – это самообман.

Будьте реалистичными, выполняйте работу эффективно, это мой совет для вас, для молодого поколения. Не думайте, что благодаря маленькой причине сразу же возникнет большой результат, это иллюзия. Так не было раньше, нет сейчас, и в будущем тоже не будет, – это невозможно. Маленькая причина приводит к маленькому результату. Из маленькой причины не возникнет большой результат. Нет такого закона. Это вымысел. Если вы ведете такой образ жизни, то вас очень легко обманут. Когда владелец «МММ» сидел в тюрьме, к нему приходили журналисты и спрашивали: «Чем вы займетесь, когда выйдете из тюрьмы?» Он отвечал: «Я займусь тем же самым бизнесом МММ». Ему сказали: «Ну как же так, теперь же все знают, что вы обманщик, как вы сможете это сделать снова?» Он ответил: «Мне не обязательно будет называть компанию «МММ», я смогу заниматься тем же бизнесом и под другим названием. До тех пор пока люди в России хотят мгновенно обрести большие деньги, прилагая лишь маленькие усилия, я в любой момент могу их обмануть». Аферист всегда найдет слабое место. Если вы уберете эту иллюзию, никто вас не обманет. Если вы сохраняете эту иллюзию, то вы обманываете сами себя, это не они вас обманывают, а вы обманываете сами себя. Я хочу большой и быстрый результат без больших усилий – это нереально. Вам всегда нужно помнить, что хороший результат возникает благодаря полной причине и необходимо прикладывать постоянные усилия длительный период времени, тогда вы обретете желаемое. И это реалистично. Поэтому не имейте завышенных ожиданий.

В буддийской философии дается один очень важный совет – для молодых это очень полезно. Вам нужно иметь высокое видение, у вас должна быть очень хорошая цель, но готовиться вам нужно к худшему. Например, шахматист думает: «Я хочу выиграть, но я готов к самому худшему. Противник может быть очень сильным, как я поступлю в такой ситуации? Если противник сделает такой ход, какой ход сделаю я?» Тогда у вас кошмара не будет. Ваш ум будет готов к любой ситуации. Большинство молодежи не думают о плохом,

только о хорошем, и если случается что-нибудь плохое, то – все, кошмар. Это неправильно. В вашей жизни произойти может все, что угодно, вам нужно к этому готовиться.

Теперь соедините руки, попросим о благословении тела. Вы это уже закончили, а сейчас выполняйте визуализацию. Белый свет и нектар вас очищает и также устраняет все ваши болезни. Очень важно помнить эти четыре фактора. Первый – сожаление, второй – опора на Тару, далее – правильные визуализации белого света, который вас очищает и четвертый – решимость больше такого не совершать. Тогда нет такой негативной кармы, которую вы не смогли бы очистить. Итак, выполняйте эту визуализацию правильно.

Теперь просьба о благословении речи. Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте на алтаре Белую Тару, меня в облике Белой Тары, из нашей области горла исходит красный свет и нектар, наполняет ваше тело. Он очищает большое количество негативной кармы, созданной вашей речью, благословляет вашу речь и оставляет семя речи Будды в вашем уме. В своей жизни вы своим ртом, своим языком причиняли вред многим живым существам. И в результате однажды, когда это проявится, у вас возникнут проблемы. Эти негативные отпечатки кармы – как токсины в теле. Однажды токсины, которые находятся в теле, сделают здоровое тело хуже. Это касается и отпечатков негативной кармы: если вы их не очистите, то однажды они приведут к проблемам. Закон кармы – самый справедливый закон. Не думайте, что в нашем мире нет справедливости, существует закон кармы. Закон кармы справедлив для всех живых существ совершенно одинаково, верите вы в него или не верите. Например, если ученые открыли, что определенные бактерии вам вредят, но вы скажете, что не верите в науку и поэтому эти бактерии вам не навредят, то это ничего не изменит. Верить ты или нет, это факт. Будда сказал: «Я не создавал закон кармы, это закон природы, я просто открыл его». Поэтому, если вы хотите счастья, живите с таким законом природы, законом кармы. Он работает одинаково во всех случаях, вы не можете перехитрить закон кармы. Будда говорил, что если вы в темном помещении выпили яда, а затем вытерли свой рот и говорите, что вы ничего не пили – это самообман. И точно так же, втайне совершать вредоносные действия и говорить при этом, что вы ничего не делали, это все равно, что принимать яд в темном помещении. Если вы сделали что-то неправильное, то не думайте, что все видел бог и накажет вас, это не так, бог вас не накажет. Зачем нужно вас наказывать? Вы наказываете сами себя. Принимая яд, вы делаете свое здоровье хуже. Вы делаете свою ситуацию хуже, когда действуете как-то неправильно. В то время, когда у вас возникают проблемы, очень важно совершать эффективные действия правильно, тогда ваши проблемы будут решены. В это время, когда придет гнев, ваша ситуация будет только хуже и хуже. Поэтому очистить отпечатки негативной кармы – это очень важно и поэтому крайне важны четыре фактора.

Теперь, визуализируйте красный свет и нектар, который вас очищает, пожалейте о негативной карме, созданной вашей речью. Далее выполняйте визуализацию. Если это возможно, то визуализируйте себя и всех живых существ, что очищается также и их негативная карма и тогда это будет более эффективным очищением. Когда вы выполняете такое очищение, то я могу сказать вам, что признаком этого будет то, что на завтрашнее утро ваше тело и ваш ум будут легче, у вас будет такое чувство, как будто вы можете взлететь. Совершенно точно на завтрашнее утро вы можете почувствовать, что у вас в уме воцарилось больше покоя, депрессия точно не возникнет. Несколько дней депрессии не будет, потому что вы получили такое благословение. Потом, когда ум снова будет думать неправильно, депрессия появится снова. Также признак того, что вы получили благословение речи – когда вы с кем-то разговариваете, люди рады с вами поговорить – это признак того, что вы получили благословение. А если вы раскрываете свой рот и они разбегаются, это значит, что вы не получили благословения.

Теперь, просьба о благословении ума. Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте Белую Тару на алтаре, меня в облике Белой Тары, из нашей области сердца исходит синий свет и нектар, наполняет ваше тело и очищает большое количество негативной кармы, созданной вашим умом, благословляет ваш ум и оставляет семя ума Будды в вашем уме. В конце загадайте одно мирское желание. Поскольку мы живем в материальном мире, мирские желания тоже необходимы. Но это не является самым важным в нашей жизни. Это является равно важным. Я такой человек, который говорит, что все эти вещи важны, что не нужно говорить, что что-то из этого важнее, чем другое. Например, чтобы приготовить вкусную еду, нужна соль, она играет также очень важную роль, вы не можете сказать, что соль не важна, без соли еда будет невкусной. У любого объекта есть своя ценность, не игнорируйте ее, но при этом не говорите, что этот объект самый важный, это было бы тоже неправильно. Здесь очень важно сохранить баланс. Иногда, когда люди становятся слишком духовными, они говорят, что все материальное необязательно, не нужно – это тоже неправильно. Это уже другая крайность. Если кто-то говорит, что важна только материальная область, а духовное развитие не имеет значения – это другая крайность. В нашем двадцать первом веке, вам, молодому поколению, необходимо понять, что материальное и духовное развитие должны протекать вместе, рука об руку. Тогда в будущем нас ждет очень счастливое будущее. Это будущее находится в ваших руках, молодого поколения, вы – будущие правители России. Поэтому вам необходимо делать упор и на материальном и на духовном развитии, развитии ума, тогда процветание будет не только в России, но и по всему миру.

Итак, загадайте одно мирское желание. Я знаю, что у некоторых из вас три желания, у кого-то пять, вначале выберите что-то одно. Я не буду просить вас сразу же сделать выбор, иначе вы сделаете ошибку. Я хотел бы вам сказать, что сегодня, когда вы загадаете это желание, оно на сто процентов осуществится. Но на это потребуется время, это не произойдет завтра утром. Это подобно семени, если вы сажаете семя, оно не прорастает сразу же, вам нужно его поливать водой, удобрять и так далее. Тогда на сто процентов из него вырастет полезное дерево, на котором созреет множество плодов для вас и других людей. И также вам нужно понимать, что если вы загадываете какое-то большое желание, то на его осуществление требуется больше времени, а если маленькое – оно осуществится быстрее. Почему? Что касается семени большого дерева, ему требуется расти очень долго, а если говорить о семени маленького цветка, то цветок вырастает очень быстро. Это природный механизм. И также в отношении наших желаний – маленькие осуществить можно быстро, а на осуществление больших требуется время. Теперь, примите такое решение. Почувствуйте, что здесь присутствует божество Белая Тара, божество активности, и какое бы желание вы ни загадали, она поможет вам исполнить его. С чистой мотивацией доверьтесь ей, и она поможет вам, она – драгоценность, исполняющая желания. Какое бы желание вы ни загадали с чистым умом, рано или поздно оно осуществится, а если у вас неправильная мотивация, тогда вы не обретете желаемого. Поэтому, самый лучший способ осуществить свои желания – это загадывать чистые желания. Например, такое желание, которое принесет счастье многим людям – подумайте о таком, есть множество таких желаний. Например, подумайте: «У меня есть такое желание: если получится, то я помогу своим маме и папе. Они у меня очень добрые. У меня есть перед ними ответственность, я помню доброту своих родителей, своих родственников. Ради всех людей у меня есть такое желание». Тогда у вас обязательно оно сбудется. А теперь выполняйте визуализацию. Если у кого-то есть опасная болезнь, тогда вам не нужно загадывать такие желания, попросите божество Белую Тару устранить вашу болезнь, чтобы у вас было здоровое тело, и она вам поможет на сто процентов.

Одна женщина из Агинского округа поехала на обследования в Читу, где доктор ей сказал, что у нее рак и что она умрет через полгода. Обследования проводили множество докторов

и все сошлись в одном мнении. Это было много лет назад, в то время я был как раз в Агинском округе. Эта женщина пришла на благословение Белой Тары, загадала желание, после она также выполняла практику. Через шесть месяцев она не умерла и через год она была все еще жива. Она подумала, что пришло время умирать, но она не умирала, но ведь прошел уже год, поэтому она снова поехала в Читу, где ее снова обследовали и диагностировали отсутствие рака. Доктора думали, что излечиться от этого невозможно, поэтому они решили, что, скорее всего, сами совершили ошибку. Они не ставили неправильного диагноза – это духовная сила. Сейчас есть много опасных болезней и если у вас сильный дух – вы вылечитесь. Сам врач говорил, я слышал его слова. Ученые из Академгородка также говорили, что ум – самое лучшее лечение, они это тоже понимают. Можно лечиться и без лекарств, открывая свой ум. Я работаю с этими учеными, и мы постараемся найти такую альтернативную медицину, чтобы можно было лечиться от болезней, не принимая лекарств. Таков будет наш прогресс в двадцать первом веке – изобрести такую медицину, чтобы лечить людей без каких-либо химических препаратов, с помощью состояния ума. Химические вещества могут убить только бактерии, у них нет силы сделать тело лучше, какие-то бактерии убивают, потом орган тоже умирает. Это самый последний вариант. Мы, люди, можем найти альтернативные методы излечения болезней. Эти методы должны быть подлинными, научными, тогда они будут эффективными. Итак, сегодня загадайте желание. Если у кого-то из вас есть такая болезнь, то для вас эта визуализация света и нектара, который вас очищает – это самый лучший альтернативный способ лечения от болезни. Это очень эффективно. Вначале очистите негативную карму, созданную вашим умом, а в конце загадайте одно мирское желание, не два, а только одно.

Теперь ваше желание сбудется, будьте счастливы. Но вам также нужно что-то делать, чтобы вы обрели то, что пожелали. Если вы ничего не будете делать, то одно лишь божество не может сделать все. Я расскажу вам один анекдот. Один человек молился богу, просил дать ему миллион долларов. У него была хорошая мотивация – помогать людям. Но он за всю свою жизнь так и не получил миллион долларов. Затем после смерти он встретился с богом и спросил его: «Почему ты не дал мне денег, ведь я хотел помочь многим людям?» Бог ему ответил: «Если бы ты купил хотя бы один лотерейный билет, то у меня был бы шанс тебе помочь. Ты не купил даже одного лотерейного билета, как же я мог тебе помочь?» Так, божество может помочь, но и вам самим надо что-то делать, потому что здесь не происходит таких чудес, что вы получаете все в один миг. То есть не думайте о таких мирских чудесах. Не создав полной причины, вы не обретаете результат, для чудес также необходимо создать полную причину. В буддизме есть вера в чудеса, но не в мирские чудеса, а в такие, у которых есть тонкие причины. Вы не видите таких тонких причин, но вы считаете, что это чудеса, в действительности у всего этого есть причина. Если, например, люди из Африки приедут в Новосибирск и придут в торговый центр; они увидят, что дверь перед ними сама открывается, когда они проходят внутрь, а потом сама закрывается, для них это чудо. Чудо – это что-то, будто бы происходящее без причины, но это не так. Они не видят тонких причин, но у этого есть тонкая причина. В буддизме говорится, что у любых чудес есть причины, есть тонкие механизмы причины и следствия. Если кто-то показывает вам такие чудеса, что, например, он может летать, то у этого также есть множество тонких причин, множество факторов. Если вы создадите эти факторы, то тоже будете способны на это.

А теперь последняя просьба о благословении тела, речи и ума одновременно. Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте Белую Тару на алтаре, меня в облике Белой Тары, из наших трех областей – лба, горла и сердца – одновременно исходят белый, красный и синий лучи света с нектаром, наполняют ваше тело, очищают большое количество негативной кармы, созданной вашими телом, речью и умом вместе, также укрепляют благословение тела, речи и ума. Это последнее благословение, визуализируйте его хорошо. Это также позитивный бензин, которого вам хватит на шесть

месяцев, и как только этот бензин закончится, я приеду к вам снова. Снова заряджу вас таким бензином, и вы снова станете позитивными. Когда у вас нет позитивного бензина и очень много негативного, то у вас не остается выбора, вам приходится быть негативными. Откуда вы получаете такой бензин? Отовсюду. Когда кто-то плохо смотрит, сразу появляется негативный бензин, это происходит везде: на улице, дома. А когда выпьете водку, негативного бензина становится еще больше, даже когда по телефону говорите, накапливаете негативный бензин. Так, отовсюду вы получаете негативный бензин. А теперь выполняйте визуализацию.

Везде, куда бы я ни поехал, я передаю обет не пить алкоголь. В прошлый раз я передавал вам этот обет и сегодня снова его передаю. Я знаю, что у кого-то из вас этот обет стал очень слабым, вы уже почти нарушили его. Чтобы этот обет стал у вас сильнее, я передам его вам еще раз. Алкоголь – это одна из самых главных проблем в России, поэтому всем следует принять такой обет не употреблять спиртное. Сначала родителям нужно начать с такого обета. Если родители употребляют алкоголь, как они могут сказать своим детям его не пить? Если старшие люди пьют алкоголь, как они могут убедить молодых не пить алкоголь? Если старшая сестра или тетя употребляют алкоголь, как они могут убедить вас не пить алкоголь? Если молодое поколение видит, как старшие пьют алкоголь, то это становится для них примером. Поэтому я хотел бы, чтобы все взрослые приняли такой обет – не употреблять алкоголь и также хотел бы попросить молодое поколение: пожалуйста, не пейте алкоголь и примите такой обет не употреблять алкоголь. Потому что ваша жизнь только начинается. У вас начинается прекрасная жизнь, зачем же портить ее алкоголем? Алкоголь – это не только яд для вашего тела, это также яд для вашего ума. Здесь очень ясно, что после принятия алкоголя ваш ум становится очень глупым. Вам нужно говорить своим друзьям, что вы и так уже достаточно глупые, не надо становиться еще более глупыми, принимая алкоголь. Если муж пьет, то жена может ему сказать, что у него и так голова плохо работает, не делайте себе еще хуже. А если пьет жена, то это очень опасно. Поэтому я хотел бы попросить всех вас с сильной решимостью принять этот обет не употреблять алкоголь и также наркотики. Если вы не примете такой обет, то если вы попадете в дурную компанию, там вы можете принять немного алкоголя, немного наркотиков и далее разовьется зависимость. Тогда ваша жизнь будет закончена.

Одна моя ученица, московская журналистка, показывала мне фотографии, где молодые люди в восемнадцать-девятнадцать лет уже были наркоманами, мне их было очень жалко. Они кололись в вену и, когда на руках уже некуда было колоть, искали в других местах по всему телу, чтобы сделать укол. Говорят, что сейчас у них уже развилась зависимость, они уже не могут остановиться, что уже слишком поздно. Они говорят, что не могут жить и не могут умереть. Эта ошибка берется из-за непринятия такого обета, отсутствие принципов этики и мысли, что если принять немного, то это не страшно. Это очень опасно. Думать, что в плохой компании чуть-чуть выпить алкоголь – ничего страшного – это большая ошибка. Если у вас есть такой принцип: «Я к этому даже не прикоснусь, и не предлагайте мне» – вот это называется принципом, это называется высокой этикой. Тогда, если дочь или сын идут на вечеринку, их родители спокойны: «У моего ребенка есть этика, есть принципы; погуляет немного и вернется обратно». Родители спокойны, потому что знают, что их ребенок принципиальный, этичный. Поэтому, куда бы он ни пошел, они не волнуются. Если же вы слабый, то вы свою жизнь можете испортить. Итак, сегодня вы все примите такой обет и даже если вы не пьете вообще, то вам все равно очень важно принять этот обет не употреблять алкоголь и наркотики. Это удержит вас от принятия небольшого количества, это очень важно. Немножко, немножко – это очень опасно. В одной русской песне поют: «Чуть-чуть не считается» – это неправильно. Если чуть-чуть, то можно стать алкоголиком. Чуть-чуть – это ничего страшного, это почти ничего – это неправильно. Сначала чуть-чуть – потом может стать опасным. Такой обет – не употреблять алкоголь – это плата за мое

учение. Учение не может передаваться бесплатно, но самая лучшая плата – если вы принимаете такой обет, что не будете принимать алкоголь и наркотики. Это для меня самая лучшая плата. Я прошу вас, пожалуйста, дайте мне такую плату. Это вам полезно и мне полезно. Это сделает вас сильными. Этика в жизни очень важна, определенная самодисциплина также очень важна, это сделает ваш ум сильным, тогда вы всегда будете счастливы и никогда не почувствуете депрессию.

Откуда возникает депрессия? Депрессия возникает из-за слабого ума, когда вы делаете все, что приходит вам на ум. Когда нет никакой этики, никакой нравственности – это источник депрессии. Это как кушать, что попало, а потом болеть. Если делать все, что придет в голову, тогда конечно ум станет нездоровым. Ум не будет счастливым – это называется депрессия. Итак, есть ли у вас депрессия или нет, все это находится в ваших руках. Я никогда не испытываю депрессии. Могу вам сказать на сто процентов, я даже не знаю, что это такое. Иногда мне люди говорят, что у них весь день была депрессия, а я думаю, что это такое – депрессия? Один мой очень богатый друг жил в Литве, у него свои супермаркеты, он у меня спрашивал: «Геше Ла, а как вы справляетесь с депрессией перед лекциями? Потому что с депрессией вы не можете передавать эффективного учения?» Я ему ответил: «У меня нет депрессии». Он удивился: «Ну как такое возможно, у всех должна быть депрессия», я ответил: «Не обязательно. Я даже не уверен, что знаю, что это такое – депрессия». Я, правда, не знаю, что такое депрессия. Когда спрашиваю у людей, они говорят: «О, депрессия – это ужасно» и еще много слов говорят, но я так и не понял. Единственное, что я понял, депрессия – это несчастливое состояние ума, но точно я не знаю, потому что я не пробовал. Здесь я могу сказать вам, что если у вас есть этика, есть нравственность, то вы никогда не будете испытывать депрессии. Даже если у вас в жизни появится какое-либо большое плохое условие, вы не испытаете депрессии, только некоторое неудобство, вы будете думать, как это решить, но не будете переживать. Сможете решить – хорошо, не сможете – тоже хорошо. Согласны? Шантидева говорил, что если можно решить проблему, решайте ее, зачем расстраиваться? А если проблему решить нельзя, то здесь тоже нет причин для расстройства, просто примите ее – это карма. Я так ее создал, это моя карма. Сам виноват, больше так не буду поступать. Все, можно спокойно сидеть, чай или сок пить, только не водку. Итак, в качестве платы за мое учение, пожалуйста, примите такой обет, и ваша жизнь день ото дня будет становиться все более и более счастливой. Также я хотел бы вас попросить, кто бы ни пришел к вам в гости, не наливайте ему алкоголь.

Теперь соедините руки, визуализируйте на алтаре Белую Тару, меня также в облике Белой Тары, над моей головой Его Святейшество Далай-ламу в виде Будды Шакьямуни и когда вы будете повторять слова за мной, эти слова будут означать: «Будды и божества, пожалуйста, послушайте меня, я, по имени такой-то принимаю обет не употреблять алкоголя и наркотиков до самой смерти». И когда я на третий раз щелкну пальцами, изо рта Белой Тары на алтаре, из моего рта также в облике Белой Тары, изо рта Будды Шакьямуни над моей головой исходит белый свет и через ваш рот проникает в ваше сердце, где остается в виде обета не употреблять алкоголь.

Этот обет вас защитит. Если у кого-то есть такое пристрастие, то этот обет поможет положить конец этому пристрастию, он устранил это пристрастие, это я могу вам сказать с уверенностью на сто процентов. Когда вы принимаете такой обет, вам нужно принимать его с воодушевлением, потому что вы совершаете очень хорошее действие в своей жизни. Не бойтесь. Если вы делаете что-то хорошее, в этот момент не бойтесь, но если вы делаете что-то плохое, то в этот момент вам нужно бояться. А вы поступаете наоборот – если делаете что-то неправильно, то совершенно не бойтесь, а что-то хорошее вам сделать страшно. Не думайте так, что если вы будете повторять за мной слова более тихим голосом, то примите более маленький обет, вам нужно повторять за мной громко, с воодушевлением, принимая

сильное решение. Тогда нет ничего такого, что вы не могли бы остановить. Все свои неправильные действия вы можете остановить и это для вас самый лучший способ начать жить новой жизнью, здоровой жизнью. На третий раз, когда я щелкну пальцами, визуализируйте, как белый свет исходит из рта Белой Тары на алтаре, из моего рта, из рта Будды Шакьямуни над моей головой, проникает через ваш рот в ваше сердце, где остается в виде обета не употреблять алкоголь. А теперь повторяйте за мной.

Теперь передача мантр. Первая – мантра Белой Тары для вашей долгой жизни. Визуализируйте, когда будете повторять за мной мантру, что из рта Белой Тары на алтаре, из моего рта мантра исходит в виде белого цвета, проникает в ваш рот, остается в вашем сердце в качестве передачи мантры. Мантра Зеленой Тары для увеличения успеха в вашей жизни. Мантра Авалокитешвары для увеличения вашей доброты. Мантра Манджушри для увеличения вашей мудрости. Мантра Ваджрапани для увеличения вашей силы. Мантра Будды медицины для хорошего здоровья. Мантра Будды Шакьямуни. Мантра ламы Цонкапы. А сейчас, когда я поставлю торма на голову Андрею, визуализируйте, как Белая Тара размером с большой палец на вашей руке проходит через макушку вашей головы по центральному каналу, опускается в ваше сердце, остается в вашей сердечной чакре и с этого момента ваше тело становится храмом, в котором находится живая статуя.

Итак, благословение окончено. Послезавтра я уезжаю из Новосибирска, завтра я еду в Томск и до нашей новой встречи в следующий раз самое важное – это держите в чистоте обеты. Не вредите другим, будьте счастливы, делайте счастливыми других – это ваша практика. Если у вас есть время читать мантры, то читайте мантры, если у вас есть немного времени для медитации, то также занимайтесь медитацией, но не слишком много. Вам нужно знать, каким образом это принимать маленькими дозами, тогда это будет очень полезно, не делайте слишком много. Лекарство может быть очень полезным, но вам необходимо принимать лекарство в таком количестве, в котором вам его прописывает доктор. Если вы примете большую дозу, чем вам рекомендовал доктор, то это для вас будет вредно. В духовной области точно так же, если Наставник говорит вам не медитировать слишком много, то вам не нужно много медитировать. Когда придет время, тогда я вам скажу, что сейчас у вас ум сильный и вам необходимо заниматься медитацией больше. В настоящий момент ваш ум слаб и нездоров, если вы будете заниматься медитацией слишком много, то это сделает ваш ум более ненормальным, вы начнете видеть какие-то странные вещи, глаза станут большими – это опасно. Я хотел бы, чтобы вы были такими, какие вы есть сейчас, очень красивыми леди и джентльменами, а не странными людьми. Здоровый образ мышления – это очень важно. Не старайтесь вести себя как йогин – это неправильно. Носить много чёток – это неправильно, я не хочу этого от вас. Вам надо развивать ум, делать его здоровым. Не меняйте свою культуру, традиции, – российская культура вам подходит. Одежда, которую вы носите, вам подходит, не надо одевать тибетскую, индийскую одежду. На улице не надо петь: «Харе Рама, Харе Будда» – так не делайте, хорошо? Так, до нашей новой встречи будьте счастливы, будьте добрыми.