Я очень раз всех вас видеть здесь, сегодня на благословении Белой Тары. Как обычно, вначале породите правильную мотивацию.

Шантидева говорил: «Обретя такую драгоценную человеческую жизнь, если мы не осваиваем, не привыкаем к позитивному образу мышления, нет действия более глупого, чем это и нет большего самообмана, чем этот». Многое из того, что мы считаем ошибками, в действительности, ошибками не является в том случае, если мы используем свою драгоценную человеческую жизнь правильно. Если вы теряете шанс поступить в какой-то университет, более высокий университет, – это небольшая потеря. Если вы потеряете эту свою драгоценную человеческую жизнь, не используете ее правильно, то это самая большая ошибка. Нет большего самообмана, чем неиспользование, отсутствие правильного использования драгоценной человеческой жизни. Каким образом лучше всего использовать свою драгоценную человеческую жизнь? Это приучать свой ум к позитивному образу мышления. И здесь Шантидева указывает нам на смысл нашей жизни, и смысл жизни состоит не в том, чтобы куда-то отправиться и купить какую-то красивую вещь, а смысл жизни в том, чтобы приучить свой ум к позитивному образу мышления. Если вы приучите свой ум к позитивным состояниям, то вы обретете настоящее счастье. Так, главная буддийская практика – это приучение себя к позитивному образу мышления.

Каждое утро, когда вы просыпаетесь, вам нужно быть позитивным. Вам нужно подумать, что со вчерашнего вечера и по сегодняшнее утро многие люди умерли. Вы можете проверить в интернете и увидите, что за этот период умерли тысячи человек. Некоторые были даже моложе, чем вы. Некоторые имели более крепкое здоровье, чем у вас. Вы все еще живы. Не принимайте свою жизнь как должное. Вам нужно понимать, что то, что вы живы каждый новый день – это бонус. Если вам уже выше шестидесяти лет, то это стопроцентный бонус. Если вам пятьдесят лет, то это бонус на шестьдесят процентов, на семьдесят процентов. То же самое можно говорить о сорокалетних, тридцатилетних, но даже, если вам двадцать лет, для вас это тридцатипроцентный бонус. Такова реальность. У вас была тридцатипроцентная вероятность умереть, но вы не умерли, и поэтому жизнь для вас – это бонус.

Если вы будете так думать, то вы поймете, что то, что вы живы, – это важно. Вы подумаете, что если я умру, то я уйду из этого мира с пустыми руками, даже тела с собой не возьму. Когда вы так думаете, вы говорите: «У меня многое есть. Слава богу!» Но вы так не думаете. Вы думаете: «Я буду жить сто лет». Вы думаете, что когда вы родились, вы родились как миллиардер. Сейчас у вас всего очень мало. Нет, вы родились с пустыми руками, ничего с вами не было. Поэтому сейчас у вас всего очень много. Посмотрите сколько у вас дома одежды, сколько туфель! Сколько в холодильнике есть разной еды! Думать, что у вас всего мало – это неправильно, это стыдно. Поэтому не говорите: «Мало», потому что вы родились с пустыми руками и умрете тоже с пустыми руками. Того, что у вас есть сейчас, должно быть вам достаточно. Вы должны довольствоваться этим. Тогда вы начнете свою жизнь, свою деятельность с позитивного образа мышления. А с позитивным мышлением позитивное состояние ума порождается гораздо легче. Когда у вас порождается сильное позитивное состояние ума, то вы становитесь счастливыми и окружающие вас люди тоже становятся счастливыми. Это очень важная практика, которую вам необходимо выполнять каждый день. Поэтому Шантидева говорит: «Приучайте свой ум к позитивным состояниям ума. Это очень важная практика».

Если вы, обретя такую драгоценную человеческую жизнь, приучаете свой ум к негативному образу мышления: когда вы просыпаетесь, то просыпаетесь с омрачениями; когда вы думаете, то думаете негативно; когда вы что-то говорите, говорите что-то негативное; когда что-то делаете, то делаете что-то негативное; засыпаете с негативным состоянием ума, с гневом, – тогда ваша жизнь не имеет смысла. Тогда лучше иметь жизнь собаки, чем такую негативную человеческую жизнь. Некоторые тувинские собаки говорят, что у этих людей есть все, но они при этом все равно говорят: «Кошмар!» Собаки говорят: «У нас нет паспорта, нет холодильника, нет своего дома, но мы спим спокойно. Эти тувинцы, у них вроде все есть, но им все мало, мало, «кошмар» говорят, «спать не могу». Это неправильно. Все это возникает из-за негативного образа мышления. Итак, будьте позитивными и будьте счастливы. Это мой для вас первый совет. И не будьте счастливы лишь сами, а делайте счастливыми других. Это тоже ваша первая практика.

С такой мотивацией – сделать свою жизнь значимой – получайте это благословение Белой Тары. Чтобы получить благословение Белой Тары, вам необходимо визуализировать это помещение не обычным помещением, а как мандалу Белой Тары. Также в этой мандале визуализируйте двух божеств: одна Белая Тара на алтаре – это главная Белая Тара и также меня в облике Белой Тары, как помощника. Простая визуализация себя внутри этой мандалы очень важна. Если вы визуализируете, что вы находитесь внутри мандалы Белой Тары, то само по себе это большое благословение и также защита для вас. В тантрах говорится, что такое чистое видение – это очень важно. У нас, у людей нет чистого видения, наше видение очень неправильное, поэтому у нас порождается много омрачений. Поэтому очень важно иметь чистое видение. Куда бы вы ни посмотрели, кого бы вы ни увидели, старайтесь видеть благие качества в других и не старайтесь рассмотреть их недостатки. Это называется «чистым видением».

Если вы будете искать благие качества у самого худшего человека в мире, вы сможете найти какие-то достоинства. Если вы продолжаете смотреть на недостатки других, то даже у Будды вы найдете какие-то недостатки. Ваш собственный ум найдет какие-то ошибки у Будды. Поэтому то, что мы в своей жизни смотрим на ошибки других – это наша большая ошибка. Вам нужно изменить этот механизм. Например, если говорить о муже и жене, – если я спрошу у жены: «Каковы ошибки вашего мужа?», она сразу же перечислит целый список. А если спрошу у жены: «Какие достоинства есть у вашего мужа?», она задумается: «А какие же у него есть достоинства?» Это неправильные взаимоотношения, нездоровые взаимоотношения. Это же относится и к мужу. Если я спрошу у мужа: «Какие недостатки есть у вашей жены?» Он произнесет всего очень много. Если я спрошу: «Что хорошего есть у вашей жены?» Он подумает: «А что у нее есть хорошего?» Это нездоровый образ мышления. Это возникает из-за того, что все смотрят на недостатки друг друга. Очень ясно помнят ошибки, которые совершал другой человек, и быстро забывают доброту других. Это неправильный механизм.

Вам необходим правильный механизм. Здоровый механизм – это когда вы смотрите на достоинства друг друга. Когда смотрите на достоинства друг друга, когда думаете о хороших качествах своих друзей, своих близких, ваш ум становится счастливым. Вы сами себя делаете счастливым. Если вы думаете о своих близких, что они не так что-то делают, вы сами себе делаете плохо. Это неправильно. Это как, если бы вы сами себе сделали рану, а

потом беспокоили ее и говорили: «О! Больно! Бог, помоги мне!» Это вы сами себе делаете больно, потому что так думать неправильно. Если будете все хорошие вещи вспоминать, ваш ум будет здоровым. Даже ученые проанализировали этот феномен. Они говорят, что людей, имеющих сильную, злую память, очень трудно лечить. Из-за этой злой памяти этот человек ухудшает свое здоровье. Потому что из-за злой памяти он делает свою рану все больше и больше. Ученые сделали вывод, что если у человека есть добрая память, его лечить легко. Здоровье само по себе становится лучше. Как наши предки раньше говорили, так сейчас ученые также говорят: «Правильно, это так и есть». То, что говорили буддийские философы, сейчас наука открывает.

Поэтому очень важно думать о достоинствах других и не размышлять о чужих ошибках. Почему вы не можете так поступать? Например, когда вы идете на рынок покупать фрукты, вы не рассматриваете, где же там лежат плохие фрукты. У вас на это времени нет. «У меня на это времени нет. Зачем мне это надо? Это не мое дело. Я хочу купить самые лучшие фрукты. Даю деньги, говорю: «До свидания» и ухожу». Почему вы так не можете? Вы не пойдете смотреть, где там у них плохие фрукты лежат: «Какие плохие фрукты!» «У меня на это нет ни времени, ни денег. Для меня важно купить хорошие фрукты, заплатить деньги и попрощаться на этом. У меня есть много других дел». Это правильный поступок. Почему вы не можете так поступать в вашей жизни? Ошибка любого человека – это не ваше дело. За его хорошие качества вы его уважаете и перенимаете эти качества. Это так же, как если бы вы решили построить дом. Когда вы хотите построить дом, то идете в чужой дом и не ищите в нем недостатки. Вы смотрите на все хорошее, что в нем есть: «Окна хорошие, я тоже хочу такие окна. Двери тоже хорошие, я поставлю себе такие двери». Когда ваша голова работает позитивно, тогда вы все хорошее берете. Когда вам не нужно строить дом, тогда вы видите одни недостатки: «Окна не такие, двери не такие», потому что вам до этого дела нет. Вы говорите: «Это неправильно, то неправильно», потому что у вас нет цели. Когда человек лезет в чужие ошибки – это знак, что у этого человека нет дела. Поэтому он лезет в чужие дела.

Вам нужно быть активными в чем-то конструктивном и тогда у вас не будет времени на то, чтобы рассматривать недостатки других. Тогда однажды, если вас кто-то попросит: «Посмотри на недостатки другого человека», вы скажете: «У меня нет на это времени». Я хочу правильно заниматься своими делами, а на это у меня нет времени. Сейчас вы не просто сами смотрите на ошибки других, но также просите своих друзей понаблюдать за ошибками других. Вы звоните и спрашиваете: «Что сказала обо мне Таня?» Потом ваша подруга Люба говорит: «Да, да, Таня о тебе так и так сказала». Вы хмуритесь, лицо становится красным, из ушей идет дым. Вы стали злым духом. Кто сделал вас злым духом? Это ваш неправильный образ мышления. Вы просите людей, чтобы они сделали вас злым духом. Вы становитесь злым духом, ломаете телефон, потом вам придется покупать новый телефон. Вы все это сами себе создали.

Поэтому, для вас очень важно никогда не смотреть на недостатки других. Я поступаю именно так, это очень полезно. Даже, если я вижу какой-то недостаток, я говорю, что мы все люди, мы все сансарические существа. Конечно, у всех есть какие-то ошибки. У меня нет шока: «Какой шок! Он совершил такую-то большую ошибку!» Когда есть омрачения, все совершают ошибки, потом люди меняются и становятся лучше. В сансаре, если я вижу какой-то недостаток, то я не прихожу от этого в шок. Поскольку сансара обладает природой

страдания, все находятся под контролем омрачений. Тогда нет ничего поразительного в ошибках. А если я в сансаре обнаруживаю какое-то хорошее качество, тогда я, действительно, восхищаюсь, поражаюсь: «Как хорошо! Эти люди мало слушают учение, слушают его редко, но такой прогресс! Я-то долго слушаю учение, но у меня очень маленький прогресс. О, какие хорошие эти люди! Я вас уважаю!» «Некоторые долго слушают учение рядом с Далай-ламой, – учат, учат, но прогресс маленький. А вы в год один-два раза слушаете учение и уже такой прогресс. Поэтому я вас уважаю. Я уважаю тех, у кого есть прогресс. У кого нет прогресса, того я не уважаю». Если вы думаете так, то вы сможете уважать всех вокруг. В особенности, мастера Кадампа говорят, что у всех живых существ, даже у мельчайших насекомых, есть природа будды и однажды все они станут буддами. Поэтому вам нужно уважать их. Таким образом, если вы смотрите на их благие качества, на их природу будды и уважаете их за это, то вы сами обретаете преимущество. Вот таким образом вам необходимо практиковать.

Я практикую таким образом и я хотел бы, чтобы вы практиковали также. Мой духовный наставник Его Святейшество Далай-лама Четырнадцатый практикует так, и я тоже хотел бы практиковать также, как практикует мой Духовный Наставник. Его Святейшество Далай-лама Четырнадцатый, куда бы он ни пошел, складывает руки в знак уважения. Если встречает христиан, то складывает руки в знак уважения. Видит во всех только хорошие качества. Он не говорит: «Мы буддисты, у нас знания лучше». Он говорит: «О! Вы, христиане, помогаете людям больше, чем мы. Мы, буддисты, помогаем мало. Вроде бы знания у нас есть, но мы помогаем мало. Вы много помогаете. Я вас уважаю». Вот такие вещи говорит Его Святейшество Далай-лама Четырнадцатый. Это очень правильно. Всегда надо уважать других.

Если вы ведете такой образ жизни, то ваша жизнь является значимой. Не думайте, что «я самый главный». Это очень неправильный образ мышления. А если это возможно для вас, то нужно думать, что «другие важнее, чем я». Но если это трудно, тогда думайте, что «я и другие одинаково важны» – и это высокое здравомыслие. «Я не могу заботиться о других больше, чем о себе. Это для меня трудно. Я могу думать: «Мы все одинаково важны. Они важны и я тоже важен – мы одинаково важны». Но все равно это неправильно. Я один, а других большинство. Все равно это неправильно, поскольку других больше. Но, тем не менее, это все равно гораздо лучше, чем думать, что «я важнее других». Это мой для вас совет. Никогда не думайте, что «я самый главный, а другие вообще ничего собой не представляют». Это очень эгоистическое, глупое состояние ума, это создатель всех ваших проблем. Поэтому моя просьба – думайте, что все одинаково важны. На уровне семьи также все думайте, что мы одинаково важны.

Если папа говорит: «Я самый важный», мама говорит: «Нет, я тувинская мама, я самая важная». Дочка говорит: «Нет, я тувинская дочь, я тигрица, я самая важная», сын говорит: «Нет, я тувинский тигр, я самый важный». Как в таком случае можно быть счастливыми? Это очень неправильно. Поэтому я вас прошу, пожалуйста, в своих семьях, хотя бы на один день, попробуйте все думать так, что «мы все одинаково важны». Вначале нелегко говорить себе, что «я не самый главный, мы все одинаково важны». Один раз так подумаете, второй раз так подумаете и поймете, какое это счастье! Вы становитесь свободными. Когда вы говорите: «Я главный», то ваше эго становится больше. Потом услышите что-то неприятное в свой адрес, сразу злитесь. Вы сами себе создаете проблемы. Когда ваше эго, ваше «я»

меньше, то, даже когда вас ругают, у вас в одно ухо входит, в другое выходит – вам не больно. Когда у вас нет эго, и вас ругают, вам не больно. Когда ваше эго большое, немного неприятные слова слышите, ваши глаза сразу становятся большими, из ушей дым идет. Потом вы говорите: «Я умру, но отвечу ему». Так вы становитесь еще тупее. Когда ум в гневе – это глупый ум.

Омрачения возникают из одной такой ошибки – мысли, что «я самый главный». Вам необходимо практиковать это в качестве психологии. Изменитесь вот так, с точки зрения психологии. А буддизм – это самая высшая психология. Это самая высшая психология. У меня среди учеников в Москве, в Новосибирске, в Сочи и в других городах много психологов. Они становятся буддистами. Они говорят, что они учились психологии, но сейчас оказались в тупике, – дальше пути нет. А в буддизме – море психологии. Они говорят мне: «Как хорошо! Если бы мы не встретили учение Будды, мы сейчас были бы в тупике, дальше открытия невозможны». Поэтому психологи мне сами говорят: «Как хорошо, что мы встретили буддийскую философию. Здесь море психологии! Наша европейская психология основана на том, чтобы сделать наш ум временно счастливым, немного спокойным, немного снизить депрессию, но дальше этого не идет.

Здесь в буддизме психология глубже: как сделать ум совсем здоровым. Этого мы раньше не слышали. В нем есть полная система, полная теория. Как нам повезло!» Так говорят психологи. Также и ученые, когда встречаются с буддийской философией, говорят о том, что они изучали науку и теперь зашли в тупик. Дальше развития нет. Все открыли, дальше открытий нет. «Мы буддийскую философию изучаем. Это настоящая наука. Сейчас здесь есть «море науки». Как хорошо!» Поэтому буддизм – это не только психология, это наука. Это не только наука, это также религия, это также астрология, это также медицина. В буддизме есть все. Буддизм – это полные знания, это ваша культура. Ваши предки сохранили именно такую богатую традицию – это полная психология, это полная наука, это также полная астрология, полная медицина. Это целостное знание, которое делает человеческую жизнь безупречной человеческой жизнью и это ваша культура, ваша традиция.

Вам необходимо хранить свою культуру здесь, внутри себя, а не в храме. Если здесь, вот эта группа собравшихся людей каждый про себя будет думать, что «я не самый главный, а мы одинаково важны с другими», тогда определенный аспект культуры вы сохраните внутри себя. Культура – это не одежда. Многие люди думают, что культура – это надевать тувинскую одежду. Нет, главная культура – это культура ума. Культура ума, ментальная культура – это и есть настоящая культура. Такой образ жизни, образ мышления, которого придерживались ваши предки – это по-настоящему культурные традиции. Когда вы не смотрите на недостатки других, а смотрите на свои недостатки – это очень правильный образ жизни. Не думайте о себе: «Я самый главный». Мы все одинаково главные. Все уважают друг друга, младшие уважают старших. Сначала старшие кушают, потом кушают молодые. Некоторые молодые сразу кушают, потом то, что останется, кушают старшие. Это неправильно, это не наша культура. Уважайте старших. Это то, чему старшее поколение должно научить молодое поколение. Тогда в Туве будет сохранена культура. И вам необходимо также очень бережно хранить богатый образ мышления. Это то, о чем бы я хотел вас попросить. Здесь основное это то, что чистое видение является очень важным.

В тантрах, когда вы придерживаетесь чистого видения, то визуализируйте все вокруг себя, как мандалу, всех живых существ, как божеств и у вас не остается никакой обыденной видимости вокруг. Также такие видимости возникают из сферы пустоты. Тогда это становится очень мощной практикой. Для этого вам необходим фундамент. В настоящий момент, что вы можете сделать? Это посмотреть только на достоинства других и не рассматривать их недостатки. Если вы будете делать то, о чем я только что вам сказал, то ваша жизнь сразу же станет счастливее. Что касается изменения нашей жизни, то просто меняя одежду, мы не меняем свою жизнь. Если вы куда-то уезжаете, то это также ничего не меняет в вашей жизни. Если вы обретаете большой диплом, всевозможные сертификаты, это также ничего не меняет в вашей жизни. Даже, если вы становитесь депутатом, ничего в вашей жизни от этого не меняется. Вы можете стать более высокомерными, можете стать хуже. Раньше вы были менее высокомерным, стали депутатом, еще более высокомерным становитесь, становитесь хуже. Вроде вы депутат, но по-настоящему стали хуже. Каким образом вы можете изменить свою жизнь к лучшему? Только меняя свой образ мышления. Не меняйте ничего снаружи. Все зависит от вашего ума.

Поэтому меняйте свой внутренний образ мышления. Например, люди-профессионалы в области экономики скажут, что если менять то-то и то-то, то, в общем, ничего не изменится. Если, например, поменять работников, то ничего от этого не изменится. Один уйдет, другой такой же придет. Ничего не изменится. Что бы вы ни меняли поверхностно, ничего не изменится. Экономисты говорят, что надо менять систему. Если вы измените систему, тогда этот же человек будет хорошим. Если система неправильная, а вы меняете одного человека на другого, все равно будут проблемы, выгоды не будет. Потому что экономисты знают, что если система неправильная, ее надо менять. Буддизм говорит, что в вашей жизни не надо менять одежду, необязательно стричь волосы, не надо надевать буддийскую шапку, куда-то ехать не надо, в Индию ехать не надо, в горы ехать не надо. Олени всю свою жизнь сидят в горах. В этом нет ничего особенного. Думаете, что если вы пойдете в горы и сядете медитировать, то будете меняться. Но если вы не умеете меняться внутри, то даже, если будете сидеть в горах, будете как олени, ничего не изменится. Это пустая трата времени.

Поэтому Будда говорил, что самое главное в вашей жизни – это изменить свой образ мышления. Вначале измените свои самые грубые ошибки. Замените их на правильный образ мышления. Тонкие ошибки вы изменить не сможете, даже не пытайтесь. Но вначале измените грубые ошибки и замените их на правильный образ мышления. И таким образом вы будете становиться лучше день ото дня. Поэтому сегодня я хотел бы вам сказать, что первая, самая грубая ошибка – это думать, что «я самый главный». Этого надо стыдиться. Это даже близко не надо допускать: Убирайте такие мысли, и сразу ум становится счастливым. Внутри меняется весь механизм.

Далее, также не смотрите на недостатки других, а смотрите на их достоинства, все время уважайте других. Так же вам нужно знать, что любая встреча заканчивается расставанием, и никогда не удерживайте какие-либо объекты. В конце они с вами расстанутся, поэтому не привязывайтесь к ним, а будьте готовы отдать их, если кому-то потребуется помощь. Что бы у вас ни было, довольствуйтесь тем, что у вас есть, и не говорите все время, что вам «мало». Таким образом временные проблемы будут решены. Далее, для того, чтобы решить долговременные проблемы, вам необходимо полностью устранить все омрачения из своего ума. Здесь вам необходимо узнать, каким образом развить однонаправленную

концентрацию – шаматху, и как с помощью шаматхи полностью устранить все омрачения из своего ума. Тогда это будет настоящая практика медитации. Перед тем, как приступить к медитации, вам необходимо сделать свой ум таким, чтобы вы стали достаточно нормальным человеком. Для человека, который все время говорит: «Я, я, я. Я самый главный», медитация опасна. Потом у него «крыша поедет». Медитация для него не будет полезна, его эго станет еще больше. Поэтому ваши предки, мой тибетский учитель, мой тувинский лама тоже говорили, что вначале медитация не нужна. Вначале нужно накапливать заслуги, «буян». Копите заслуги, копите «буян» и делайте свой ум достаточно нормальным. Потом занимайтесь медитацией. Для такого ненормального ума медитация не будет полезной.

Однажды в Тибете один ученик сказал своему Духовному Наставнику: «Я хотел бы отправиться в чистую землю». И духовный наставник на это ему ответил: «Излечи свой ум. С таким состоянием ума, даже если ты отправишься в чистую землю, ты там не будешь счастлив». С таким умом, куда ни пойдете, счастливы не будете. Сначала вылечите свой ум, тогда высокие практики будут более эффективными.

А теперь, для того, чтобы получить благословение Белой Тары, в первую очередь, вам необходимо принять обет прибежища. Главный обет прибежища – это обет не вредить другим. А причина состоит в том, что если вы вредите другим, то косвенно вы тем самым вредите сами себе. Вредить другим в буддизме считается самой большой, самой грубой ошибкой. Вначале устраните такую ошибку. Куда бы вы ни отправились, не приносите ни малейшего дискомфорта в это место. Это ваша первая практика. Дома сидите, дома ведите себя спокойно. Ни одного лишнего слова не говорите, чтобы все были счастливы. Никого не ругайте, ни на кого плохо не смотрите. Это ваша практика. Куда бы вы ни пошли, тоже никому ничего плохого не говорите, плохо не смотрите, ни о ком плохо не думайте. Это ваша практика. Это самодисциплина, этика. Этика — это не так, что вам нельзя делать этого, делать того. А этика – это когда вы не позволяете себе совершать действия, которые вредят другим, вредят вам самим. Это называется «этика».

Если у вас есть этика, то вы сами становитесь более счастливыми. А что делает вас несчастными? Ваши собственные неумелые действия делают вас несчастными. Ваш собственный ум думает неправильно и делает вас несчастливым. Бог не создавал ваше несчастье. Ваш ум неправильно думает, поэтому вы несчастливы. Жена спокойно сидит, потом ей в голову приходит неправильная мысль: «Наверно у моего мужа есть подруга», потому что раньше он всегда говорил: «Я тебя люблю», но вчера он не сказал: «Я тебя люблю». Жена забыла, что он много работает. Так она думает, а потом становится несчастливой. Потом он устал, лег спать. Она думает: «Сейчас он со мной не разговаривает» и ей становится еще хуже. Все эти проблемы создает ваша голова. Муж много работает, он забыл один раз сказать: «Я тебя люблю» и из-за этого получает такой большой скандал. Это неправильно, так себя вести. Все ваши проблемы создает ваш собственный ум. Неправильный образ мышления делает вас несчастливыми. Никто не создавал ваши проблемы. Ваш сосед не создавал ваши проблемы, злой дух их не создавал. Ваш собственный ум неправильно думает и создает вам проблемы. Поэтому ваш неправильный образ мышления – это злой дух. Ваши омрачения – это злой дух.

Однажды, одному человеку сказали, что ему вредит злой дух и ему необходимо отправиться к йогину Друкпе Кюнле, чтобы он швырнул торма в злого духа, и тогда все его проблемы

будет решены. А Друкпа Кюнле – это был высокий тибетский йогин, невероятно великий йогин. Этот человек пришел к Другпе Кюнле и сказал: «Друкпа Кюнле, мне погадали и сказали, что мне вредит злой дух и что, если вы швырнете торма в злого духа, то я стану счастлив». Друкпа Кюнле сказал: «А ты, действительно, хочешь, чтобы я швырнул торма в лицо злому духу?» Тот сказал: «Да, да. Прямо в лицо злому духу. Тогда у меня все будет хорошо». Друкпа Кюнле сказал: «Хорошо. Подготовь торма и я брошу его». Человек подготовил специально большое торма. Друкпа Кюнле швырнул торма в грудь этому человеку. Он сказал: «Злой дух в твоем сердце. Твой неправильный образ мышления – это злой дух». Вовне нет злого духа. Они заняты своими делами, у них нет тела. Зачем им надо вам вредить? Ваш злой ум сам вам вредит. Вы не думайте, что какой-то там злой дух вам мешает. Я слышал как-то, что один человек, духовное лицо, сказал одной тувинской бабушке: «Вам вредит злой дух, это очень опасно, потому что вы носите золотое кольцо. Из-за этого вам злой дух вредит. Нужно выбросить это золотое кольцо. Если не выбросите золотое кольцо, то будет еще хуже». Бабушка испугалась: «Пожалуйста, помогите». Он сказал: «Это нелегко». Он сказал это ради денег. Она его послушала, кольцо выбросила. Он деньги забрал и золотое кольцо забрал, сказал: «До свидания» и ушел. Это произошло потому, что она философию не знает.

Поэтому я всегда говорю, что злой дух вовне не может навредить. Если у вас есть обет прибежища, злые духи даже наоборот вам помогают, вас уважают. Когда обет есть, то никто не может навредить. Злой дух в вас – это самое страшное. Вы слышали хотя бы одну такую историю, чтобы в Туве, в Кызыле к кому-то в дом пришел злой дух с кладбища и перебил все стаканы и тарелки? Ни одной такой истории нет. Я могу сказать, что каждую неделю или каждый день в Кызыле по вечерам бьются стаканы и тарелки. Их бьет внутренний злой дух. Поэтому вам нужно понимать, что этот внутренний злой дух очень опасен. А этика – это не допускать активности этого злого духа. Это называется «этика». Когда вы контролируете этого злого духа, вы сами счастливы, и другие люди тоже счастливы. Когда муж контролирует своего злого духа, семья счастлива. Когда жена контролирует своего злого духа, жена и муж улыбаются друг другу, чай пьют, чай вкусный и они счастливы. Когда они оба выпускают злого духа, чай невкусный и все стаканы разбиты. Это настоящий факт.

Поэтому сегодня пообещайте, что не будете вредить ни одному живому существу. Думайте так: «На уровне тела, на уровне речи, на уровне ума я не буду вредить ни одному живому существу. Это мое обещание». Если вы дадите такое обещание, это будет вашей лучшей платой за мое учение. Я не даю учение бесплатно. Мне не нужны деньги в качестве платы, это все равно бумага, такая плата мне не нужна. В прошлые времена высокие тувинские мастера говорили: «Я не передам учение бесплатно, но мне не нужна ваша денежная плата, а мне нужна ваша плата в качестве обязательства того, что вы будете становиться лучше, тогда я передам вам учение». Это тувинская традиция и наша тибетская традиция. У меня тоже такая традиция. Потом, в будущем, вы молодые ученики, когда станете учителями, вы должны так же поступать: «Бесплатно я учение не дам, но в качестве платы мне деньги не нужны. Обещайте, что вы станете лучше. Тогда я дам вам учение». Эту традицию нужно поддерживать. Здесь присутствует много молодежи. В будущем, вдруг вы станете учителем, вот такого правила вам нужно будет придерживаться. Это наша традиция.

Теперь соедините руки. Визуализируйте на алтаре главное божество Белую Тару, меня также в облике Белой Тары как ее помощника. Изображение Белой Тары вы видите. Это главное божество Белая Тара. Я в качестве помощника также Белая Тара. Нас окружают все будды и божества. Так же почувствуйте, что сегодня здесь присутствует Его Святейшество Далай-лама Четырнадцатый, мой коренной Духовный Наставник над моей головой в облике Будды Шакьямуни. Это наш коренной Духовный Наставник. Будда Шакьмуни в человеческом теле – это Его Святейшество Далай-лама Четырнадцатый. В облике Будды Шакьямуни Его Святейшество пребывает над моей головой. Далее, когда я буду произносить: «НАМО ГУРУБЭ НАМО БУДДАЯ НАМО ДАРМАЯ НАМО САНГАЯ», повторяйте за мной. В этот момент визуализируйте, как изо рта Белой Тары на алтаре, изо рта Белой Тары над моей головой, из моего рта исходит белый свет и проникает через ваш рот, остается в вашем сердце в виде обета прибежища, обета не вредить другим, и попросите: «Пожалуйста, благословите меня, чтобы мои тело, речь и ум, стали более хорошими телом, речью и умом. Пожалуйста, благословите меня, чтобы я в чистоте соблюдал обет не вредить другим. Тогда моя жизнь станет значимой». Теперь выполняйте такую визуализацию с сильной верой и на третий раз почувствуйте, что вы получили этот обет: «НАМО ГУРУБЭ НАМО БУДДАЯ НАМО ДАРМАЯ НАМО САНГАЯ».

А теперь, чтобы получить благословение Белой Тары, одного лишь принятия обета прибежища недостаточно. Вам также необходимо принять обет бодхичитты. И главный обет бодхичитты – это обет помогать другим. А почему вам следует помогать другим? В настоящий момент вы не понимаете того, что помогать другим – это духовная практика. Вы думаете, что духовная практика – это поездка в храм, а помощь соседу – это не духовная практика. Это неправильные мысли. Настоящая буддийская практика – это, находясь в любом месте, делать что-то хорошее для других. Это по-настоящему мощная практика. Шантидева говорил: «И будды и живые существа одинаково добры к вам в плане вашего достижения состояния будды. И поэтому, зачем же слишком сильно уважать будд и при этом не уважать живых существ?» Это неправильно. Вам нужно уважать будду, но при этом также уважать живых существ и делать для них что-то хорошее. Также приводится такой пример, – у матери сын живет где-то далеко.

Если кто-то помогает ее сыну, при этом она будет гораздо счастливее, чем, если бы тот человек помог непосредственно ей. Если кто-то принес подарок маме и у мамы есть достаточно денег, она не будет такой счастливой. Когда мама услышит, что там ее сыну трудно, и кто-то подал ему стакан воды, она скажет: «Как хорошо! У моего сына сейчас трудные времена и кто-то подал стакан воды!» Это мама будет ценить больше. Точно также будды, божества, смотрят на всех живых существ, как на своих детей. У них все есть, им не нужны ваши подношения. У них есть даже больше этого, им от вас ничего не нужно. Когда они видят, как во имя Будды кто-то помогает тем, кому плохо, кому трудно, будды будут очень рады: «Как хорошо! Во имя меня помогли».

Русские говорят: «Ради бога!» Если ради Будды кому-то немного помогают, это Будде понравится больше. Если вы думаете, что я добр по отношению к вам, то если вы видите какого-то человека, у которого возникла проблема, то в этом случае помогите этому человеку, сделайте что-то хорошее и для меня это будет самым лучшим. Поэтому помогать другим, когда у них проблемы – это очень искусный способ практики Дхармы. В буддизме говорится, что, когда вы помогаете другим, то косвенно вы тем самым помогаете себе.

Поэтому вы обретаете большее благо, если делаете что-то хорошее для других. Если говорить коротко, то я могу сказать, что в вашей жизни, какая бы проблема у вас ни возникла, эта проблема является результатом причинения вреда другим. Если человеку, который пьет водку, плохо, то все это в результате того, что он пьет водку. Точно также ваши проблемы возникают из-за нанесения вреда другим. Поэтому вы получаете такой результат. А то, что в вашей жизни вы обретаете какой-то успех, какое-то счастье, – все это является результатом того, что в прошлой жизни вы делали что-то хорошее для других. Это на сто процентов чистая теория, о которой говорил Будда. Когда ученые исследуют пищу, то они говорят, что когда вы принимаете такую-то и такую-то пищу, она вредит вашему телу, а если принимаете какую-то другую пищу, она будет полезной для тела. Они все это проанализировали, это научные факты. Верите вы в это или нет, это научный факт, это закон природы. Также это относится к вашим действиям. Если вы делаете что-то хорошее для других, помогаете другим, то в результате вы обретете счастье, а если вы причиняете другим вред, то в результате вы будете страдать. Это закон природы. Это называется «законом кармы». Будда говорил: «Я не создавал этот закон. Это закон природы. Я просто открыл его». Живите по закону кармы, это очень важно.

Итак, пообещайте, что изо всех сил будете стараться помогать другим. В результате вы будете счастливы, и другие люди тоже будут счастливы. Выполняйте такую визуализацию: на алтаре – Белая Тара, я в облике Белой Тары, над моей головой Его Святейшество Далай-лама Четырнадцатый в облике Будды Шакьямуни. Когда я буду произносить тибетские слова о принятии обета бодхичитты, в этот момент визуализируйте, как белый свет исходит изо рта Белой Тары, изо рта Будды, из моего рта и проникает через ваш рот, и остается в вашем сердце в качестве обета бодхичитты. И благодаря принятию такого обета бодхичитты, подумайте: «Где бы я ни рождался, пусть из жизни в жизнь я буду способен приносить благо живым существам. Пусть я буду источником счастья для всех живых существ. Это моя мечта». Практики махаяны никогда не говорят: «Пусть я обрету здоровый ум», а они говорят: «Пусть я стану источником счастья для всех живых существ. А для того, чтобы стать источником счастья для всех живых существ, мне необходимо обрести здоровый ум. Итак, моя главная цель – это стать источником счастья для всех живых существ и для этого пусть я смогу обрести здоровый ум». Здоровый ум не является главной целью для получения наслаждения, а он необходим для принесения блага живым существам. Тогда вы понимаете, что у вас есть определенный «запах» махаянского учения.

Теперь соедините руки и повторяйте: КУНДЖО СУМЛА КЬЯБСУ ЧЕ СЕМДЖЕ ТАМДЖЕ ДАГГИ ДЖО ДЧАНЖУБ НЕЙЛА ГЁБАР ГИ ДЧАНЖУБ СЕМНЕ ЯНДАГ КЕ.

А теперь, просьба о благословении тела Белой Тары. Повторяйте слова за мной: ДЖЕЦЮН ПАГМА ДОЛМА ДАЛА КУИ ЧЕНЛАБ САМО ЦЕДУСОЛЬ.

А сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте Белую Тару на алтаре, меня в облике Белой Тары. Из наших областей лба исходит свет и нектар, наполняет ваше тело, очищает большое количество негативной кармы, созданной вашим телом, также благословляет ваше тело и оставляет в вашем уме семя тела Будды.

Здесь самое важное – это очищение негативной кармы, созданной вашим телом. Все негативные действия, которые вы совершали в прошлом, не исчезли бесследно. Они

оставили отпечатки – определенные семена в вашем уме. В буддизме говорится, что чтобы вы ни сделали, эти действия не исчезают бесследно. Информация обо всех совершенных действиях хранится в вашем уме. Ученые, когда проводили исследование, пришли к выводу, что какую бы пищу вы ни принимали, информация обо всей этой пище хранится в вашем теле на клеточном уровне. Какую бы пищу вы ни принимали, полезную или вредную, вся информация об этой пище хранится в вашем теле и однажды она как-то проявится и приведет к результату. И также в буддизме две с половиной тысячи лет назад говорилось о том, что какие бы действия вы ни совершали – хорошие или плохие, эти действия не исчезают бесследно, а информация о каждом из этих действий хранится в вашем уме. Этот след, который остается в уме, называется «кармическим отпечатком». Отпечаток негативной кармы, который возникает в результате вредоносного действия, является прямой причиной ваших страданий. И чтобы решить свои проблемы средствами профилактики, необходимо очистить эти отпечатки негативной кармы. Подлинный доктор скажет, что если вы хотите решить проблемы здоровья своего тела профилактическими средствами, то еще до того, как всевозможные токсины проявили свою активность, вам необходимо вывести их из своего тела. Это профилактический способ решения проблем. Поэтому вы начинаете понимать то, что очищение отпечатков негативной кармы, – это очень мощный способ профилактического решения всех ваших проблем.

Чтобы очистить отпечатки негативной кармы, необходимо присутствие четырех факторов. Первый фактор называется «противоядием». Это сожаление о тех действиях, которые вы совершили. Второй фактор – это сильная вера в божество, в Белую Тару для того, чтобы очиститься от негативной кармы. Это опора на божество Белую Тару. Третий фактор – это непосредственно само противоядие, когда вы визуализируете свет и нектар, которые вас очищает. Также порождайте сострадание, медитируйте на пустоту. Это очень мощное противоядие, которое вас очищает. И далее четвертый фактор – это решимость больше такого не повторять. Если присутствуют эти четыре фактора – четыре противоядия, то нет такой негативной кармы, которую вы не смогли бы очистить. Итак, выполняйте такую визуализацию. Сильно пожалейте о негативных действиях, совершенных вашим телом. Это убийство, воровство, прелюбодеяние. Всем сердцем положитесь на божество Белую Тару. Правильно визуализируйте то, о чем я вам говорю. В конце породите решимость, что вы изо всех сил постараетесь больше такого не совершать.

Теперь, просьба о благословении речи: ДЖЕЦЮН ПАГМА ДОЛМА ДАЛА СУНГИ ЧЕНЛАБ САМО ЦЕДУСОЛЬ.

Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте Белую Тару на алтаре, меня в облике Белой Тары. Из нашей области горла исходит красный свет и нектар, наполняет ваше тело, очищает большое количество негативной кармы, созданной вашей речью, а также благословляет вашу речь и оставляет в вашем уме семя речи Будды. Как и до этого, у вас должны присутствовать четыре противоядия: сожаление о негативной карме, созданной вашей речью; опора на божество Белую Тару. Вы обращаетесь с просьбой: «Божество Белая Тара, пожалуйста, помогите мне очиститься от негативной кармы, созданной моей речью». Сила Тары невероятна. Если вы на нее полагаетесь, то нет такой негативной кармы, которую вы не смогли бы очистить. Далее, правильно визуализируйте свет и нектар. И в конце породите решимость, что вы изо всех сил постараетесь больше не совершать негативных действий речи. А теперь выполняйте эту визуализацию.

Теперь, просьба о благословении ума: ДЖЕЦЮН ПАГМА ДОЛМА ДАЛА ТУНГИ ЧЕНЛАБ САМО ЦЕДУСОЛЬ.

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, очищает большое количество негативной кармы, созданной вашим умом, благословляет ваш ум и оставляет в вашем уме семя ума Будды. В конце загадайте одно мирское желание. Поскольку Тара – это божество активности, даже ваши мирские желания могут осуществиться. На это потребуется время, но они сбудутся. Подумайте, что вы хотели бы загадать. Выберите какое-то одно желание, а не два. Кому-то на ум сразу же пришли два желания. Но два загадать невозможно, можно только одно. А теперь выберите какое-то одно из них. Чтобы ваши желания сбылись, вам самим необходимо что-то для этого делать, иначе это желание не осуществится, не придет откуда-то из пространства.

Я расскажу вам один анекдот. Один человек попросил у бога подарить ему миллион долларов. Но так и умер, не получив миллиона. В состоянии бардо он встретил бога и спросил у него: «А почему ты не подарил мне миллион долларов? Я хотел помогать многим бедным людям». Бог на это ответил, что хотел помочь. «Но ты ничего для этого не делал. Ты загадывал желание, ты молился об этом, но ты ничего для этого не делал. Если бы ты купил хотя бы один лотерейный билет, у меня был бы шанс тебе помочь. Ты не купил ни одного лотерейного билета, поэтому, как я мог тебе помочь?» Для того чтобы Тара осуществила ваше желание, вам самим также необходимо что-то делать. Теперь, выполняйте эту визуализацию.

Теперь просьба о благословении тела, речи и ума вместе: ДЖЕЦЮН ПАГМА ДОЛМА ДАЛА КУСУН ТУГИ ЧЕНЛАБ САМО ЦЕДУСОЛЬ.

Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте Белую Тару на алтаре, меня в облике Белой Тары. Из наших трех областей: из области лба, горла и сердца одновременно исходят белые, красные и синие лучи света с нектаром и наполняют ваше тело. Очищают большое количество негативной кармы, созданной одновременно вашими телом, речью и умом, а также укрепляют благословения тела, речи и ума и семена тела, речи и ума Будды в вашем уме. Это последнее благословение, визуализируйте его как следует.

Теперь я дам вам передачу мантр. Первая мантра – это мантра Белой Тары для долгой жизни. Повторяйте эту мантру за мной и визуализируйте, как ее передача в виде белого цвета исходит из моего рта и проникает через ваш рот и остается в вашем сердце в качестве передачи мантры:
ОМ ТАРЕ ТУТАРЕ ТУРЕ МАМА АЙЮ ПУНЬЯ ГНЯНА ПУШЕТРАМ КУРУ СОХА.

Мантра Зеленой Тары для успеха в вашей жизни:
ОМ ТАРЕ ТУТАРЕ ТУРЕ СОХА.

Мантра Авалокитешвары для увеличения вашей доброты:

ОМ МАНИ ПЕДМЕ ХУМ.

Мантра Манджушри для увеличения вашей мудрости:
ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ.

Мантра Ваджрапани для увеличения вашей силы:
ОМ ВАДЖРАПАНИ ХУМ ПЭ.

Мантра Будды Медицины для здоровья вашего тела:
ТАДЬЯТА ОМ БЕГАНЗЕ БЕГАНЗЕ МАХА БЕГАНЗЕ БЕГАНЗЕ РАНЗА САМУД ГАТЭ СОХА.

Мантра Будды Шакьямуни:
ОМ МУНИ МУНИ МАХА МУНИЕ СОХА.

Мантра ламы Цонкапы:
МИГМЕ ДЗЕВЕ ТЕРЧЕН ЧЕНРЕЗИ
ДИМЕ КЕНБЕ ВАНГПО ДЖАМПЕЛ ЯН
ГАНЧЕН КЕНБЕ ДЗУГЕН ЦОНКАПА
ЛОБСАН ДАКПЕ ЩАВЛА СОЛВА ДЕБ.

Мантра Его Святейшества Далай-ламы Четырнадцатого:
ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДАРА ВАГИНДРА СУМАТИ ШАСАНА ДАРА САМУНДРА ШРИБАДРА САРВА СИДДИ ХУМ ХУМ.

Я хотел бы сказать, что куда бы я ни поехал, я везде передаю обет не употреблять алкоголь. В качестве вашей платы за мое учение вам нужно принять этот обет не употреблять алкоголь. Мне не нужна от вас другая плата. Но мне необходима такая плата – примите обет не употреблять алкоголь. Зачем вам пить алкоголь? Существует много вкусных напитков. Например, вкусный сок. Но этот сок тоже может быть не очень полезен, так как в нем много сахара. Самое лучшее – это тувинская вода. Зачем пить водку и сок? Сок пить тоже нехорошо. Чипсы есть тоже нехорошо. Все эти вещи вредят здоровью. Наша тувинская цампа, тувинский чай, тувинское мясо – это самая лучшая еда. Научно доказано, что то, что раньше кушали, это самое лучшее. Остальное – пепси, кока-кола, сок – все это причины диабета, все это яд.

Поэтому то, что кушали ваши предки, – тувинские позы, например, – все это очень хорошо. Тувинский чай пейте, тувинский бульон. Это еще лучше. Для вас это было бы очень полезно. Поэтому я прошу вас, пожалуйста, примите такой обет не употреблять алкоголь. Потому что, если вы сами пьете алкоголь, то как вы можете советовать своим детям не пить алкоголь? Если вы не заботитесь о своем теле, то это неважно, но ради своих детей, пожалуйста, примите такой обет не употреблять алкоголь. Дети только начинают свою жизнь. В своей жизни дети, как обезьяны. Вы, как старшая обезьяна. Старшая обезьяна прыгает, дети-обезьяны тоже прыгают. Старшая обезьяна водку пьет, дети-обезьяны водку пьют. Потому что они обезьяны. Поэтому если старшая обезьяна водку не пьет, дети-обезьяны тоже пить не будут. Это полезно для ваших детей. Посмотрите на сына. То, что делает папа, делает сын. Поэтому на папе лежит очень большая ответственность. Дочь

смотрит на маму. Мама курит, дочь тоже курит. Какая мама, такой будет и дочь. Поэтому на маме лежит ответственность. Если дочь делает что-то неправильное, она научилась у мамы. Поэтому, в первую очередь, сами родители должны подавать хороший пример и после этого уже советовать своим детям не пить алкоголь. Если вы сами пьете, курите и при этом советуете своим детям не пить алкоголь, то дети будут просто смеяться в ответ, эффекта не будет.

Есть история об одной матери, которая однажды со своим ребенком пришла к Махатме Ганди. Она попросила Махатму Ганди: «Пожалуйста, посоветуйте моему ребенку не есть шоколада, а то он меня не слушает». Махатма Ганди подумал и сказал: «Хорошо, приходите через две недели, я подготовлю речь». Мать была потрясена и ушла. Через две недели она вернулась со своим ребенком. Махатма Ганди взглянул на ребенка и сказал: «Дитя, не ешь шоколад. Это неполезно, это нехорошо для твоего здоровья». А потом он сказал: «Все, вы можете идти». Мать подумала: «Но я это говорю своему ребенку все время. Зачем же ему понадобилось две недели, чтобы подготовить себя к такой речи?» Так, она ушла. Но с этого дня ребенок, действительно, перестал есть шоколад. Она вновь была потрясена и через месяц снова пришла к Махатме Ганди и сказала: «Махатма Ганди, у меня к вам есть два вопроса. Первый вопрос: «Вы великий философ и зачем же вам понадобилось две недели, чтобы подготовить такую речь, которую я каждый день произношу своему ребенку?» «И второй вопрос: «Почему с того момента, как вы сказали ему не есть шоколад, он, действительно, перестал есть шоколад?» Махатма Ганди на это ответил: «Когда вы меня попросили сказать вашему ребенку не есть шоколад, в это время я сам ел шоколад. Как же я мог сказать ему не есть шоколад, если я сам ел шоколад? После этого, на две недели я перестал есть шоколад и готовил речь истинную. Красивую речь я могу подготовить очень быстро, а что касается речи истинной, ее подготовить очень трудно. Ваш ребенок перестал есть шоколад не потому, что моя речь была красива, а сила истины помогла ему перестать есть шоколад». Поэтому, родители, если вы не пьете алкоголь, не курите, то ваши слова будут иметь силу истины. Тогда вы сможете помогать другим.

В Туве одна из самых главных проблем – это алкоголь. Я хотел бы сейчас передать обет не употреблять алкоголь и хотел бы, чтобы вы все приняли этот обет. Если у кого-то из вас есть проблемы с употреблением алкоголя, то вам нужно знать, что такой обет не употреблять алкоголь имеет очень большую силу, и он поможет вам полностью перестать пить. Мне рассказывали в одном из городов России про одного человека, который не является буддистом, он христианин, который пришел ко мне на благословение Белой Тары. Он сам говорил: «Я христианин. Я взял ваш обет. Он мне очень сильно помог, сейчас я вообще не пью. Спасибо большое». Я говорю: «Как хорошо! Вам не обязательно становиться буддистом. Вам нужно становиться хорошим человеком, христианином». Если он станет лучше, мы, буддийские практики, будем рады. Правда, даже не буддистам помогает этот обет. Вы то коренные буддисты, у вас у всех кровь буддийская, вам обет поможет стопроцентно. Поэтому с сильной решимостью принимайте такой обет и даже, если вы алкоголик, вы сможете перестать пить. А для других людей, которые не являются алкоголиками, это будет очень легко. Для вас не будет ничего страшного. Вы станете еще сильнее. Вам нужно с большой силой говорить: «Я принимаю такой обет не употреблять алкоголь. В качестве моей платы за учение Геше Тинлею». Мне не нужна в вашей пустой руке мандала: гора Меру, четыре континента. Вы хитрые, что вам не нужно, вы мне подносите. Ваши тело, речь и ум мне тоже не нужны. Мне нужен этот обет. Мне нужен этот

настоящий обет. Ваш дом мне не нужен, ваше тело мне тоже не нужно. А что мне нужно? Мне нужно ваше обещание – «больше я не буду пить водку, вредить никому не буду». Вот это плата, это для меня очень хорошо, это полезно для меня, я хочу этого.

Так, в качестве платы за мое учение, пожалуйста, вы все примите такой обет не употреблять алкоголь и также наркотики. Я знаю, что вы не употребляете наркотики, но, тем не менее, примите также такой обет, что вы не будете употреблять наркотики. Чтобы в будущем, если будет такой шанс, то чтобы вам не грозила эта опасность. А если вы принимаете такой обет, то такого не произойдет. Наркотик – это кошмар! Говорят, что сейчас в Туве есть много наркотиков. Поэтому, даже если на вашей улице есть наркотики, то это очень опасно. Поэтому примите этот обет даже не трогать их. Я прошу вас всех принять такой обет, и при этом не беспокойтесь. Через шесть месяцев я приеду к вам снова и снова передам вам этот обет. Ваш обет постепенно будет становиться все слабее и слабее, но затем я приеду снова, и снова передам вам этот обет. Так что он у вас станет сильнее, и тогда вы никогда не нарушите этот обет.

Некоторые мои ученики почти нарушили обет, но сейчас я вовремя приехал. Сейчас еще примите обет никогда не пить алкоголь. Таким образом, вы будете подавать хороший пример другим людям. Так же, кто бы ни пришел к вам домой в гости, никогда не угощайте его алкоголем. Угощайте его тувинским чаем, тувинским мясом, цампой, хлебом, но никогда не угощайте алкоголем. Если они будут жаловаться, то скажите, что Геше Тинлей сказал нам не употреблять алкоголь. Пусть они злятся на меня, ничего страшного. Я через два-три дня уеду. Они скажут, что из-за Геше Тинлея мы не получили алкоголя. Но пускай они так жалуются. Этим людям однажды я передам такой же обет, и они тоже перестанут пить алкоголь. Даже, если они разозлятся на меня, у нас с ними возникнет кармическая связь и благодаря этой кармической связи я также смогу им помочь. Благодаря этой кармической связи я передам им обет, чтобы они не пили алкоголь. К вам домой приходят очень близкие люди. Как же вы можете наливать им яд? Поэтому алкоголь у себя дома не держите.

Если вы хотите сделать подношение сергим, то здесь вы можете делать подношение чаем, соком или молоком. Нет необходимости делать его алкоголем. В больших тибетских монастырях делают подношение сергим чаем. Водкой подношение не делают, так как это тоже неправильно. Наши сахюсаны не пьяницы, им не нужна водка, им нужен нектар. Из чая нужно делать нектар и потом подносить. Чай они не любят, водку тоже не любят. Необходимо эту субстанцию трансформировать в нектар и после этого подносить. Если вы не знаете, как таким образом трансформировать, то это подношение не будет эффективным.

А теперь все вместе соедините руки. Породите сильную решимость, что не будете употреблять алкоголь и наркотики. Визуализируйте здесь на алтаре божество Белую Тару, меня также в облике Белой Тары, над моей головой Его Святейшество Далай-ламу Четырнадцатого в облике Будды Шакьямуни. Нас окружают все будды, божества и почувствуйте большую радость, что вы находитесь среди них. Обратитесь к ним: «Вы, будды, божества, мне нечего вам поднести. Я подношу вам свои тело, речь и ум. Они тоже не очень полезны для вас. А что вам наиболее полезно? Это то, что я принимаю обет не употреблять алкоголь. Вы будете очень рады этому. Это мое обещание в качестве подношения вам». Это самое лучшее подношение. Итак, повторяйте за мной слова трижды. И на третий раз, когда я щелкну пальцами, визуализируйте в этот момент, что изо рта Белой

Тары на алтаре, из моего рта, также изо рта Будды Шакьямуни над моей головой, исходит свет и проникает через ваш рот, и остается в вашем сердце в качестве обета не употреблять алкоголь и наркотики. Повторяйте слова за мной с сильной решимостью. Думайте: «Всю свою жизнь я буду в чистоте соблюдать этот обет». Если вы в чистоте соблюдаете этот обет, то каждый миг вы накапливаете заслуги. Таким образом, вы накопите очень высокие заслуги. Вы создадите такую систему накопления заслуг в своем уме. Именно это есть способ накопления заслуг.

Теперь, соедините руки. С высоким воодушевлением громко повторяйте слова за мной. У вас должна быть такая решимость, что чтобы со мной ни произошло, даже ценой своей жизни, я никогда не буду употреблять алкоголь. Это называется «решимостью». Она сделает ваш ум сильным. Теперь, повторяйте за мной: «ЧОГ ЧУНА ЧУБЕ САНГЕДА ДЖАНЧУБ СЕМПА ТАМДЖЕ ДАЛА КОНСУСОЛЬ ДА А МИН ШЕГЕВА ТУТАНЕСО ЧИСИ МАЧЕБАР ЧАНГАТА НЕНТА ПАВОР ГИО.

Большое вам спасибо за вашу плату. Я получил эту плату. И сейчас, когда я поставлю торма на голову Андрею, визуализируйте, что Белая Тара размером с большой палец вашей руки через макушку вашей головы по центральному каналу опускается в вашу сердечную чакру, и с этого момента ваше тело становится храмом, в котором находится живая статуя.

Итак, благословение Белой Тары окончено. Завтра я уезжаю в регион. Главная цель – это также передать в этом регионе обет не употреблять алкоголь. Если у вас есть родственники в Шаганаре, в Чедаре, передайте им, чтобы они также приезжали на учение, и чтобы приняли такой обет не употреблять алкоголь.