

После того как я уеду, по субботам вам нужно будет собираться здесь и вместе читать практику Ямантаки (обширную садхану). Я бы также хотел порекомендовать это во всех моих центрах, чтобы они также собирались по субботам, выполняли практику Ямантаки и после завершения практики все ученики обсуждали между собой всевозможные вопросы о том, как выполнять практику, выполнять жесты, как правильно использовать колокольчик, ваджру и так далее. Также постарайтесь купить колокольчик с ваджрой. Это тоже необходимо. Здесь есть магазины, где вы могли бы купить колокольчик с ваджрой (это относится к вашей самае, то, что вы должны иметь колокольчик и ваджру). Дважды в месяц выполняйте цог, это также очень хорошо. Кроме этого вам также нужно обсуждать темы Ламрима. Раз в неделю собирайтесь вместе для обсуждения тем Ламрима, а кроме этого также один раз в неделю собирайтесь для развития однонаправленной концентрации шаматхи.

Так, в субботу у вас практика Ямантаки. Может быть, в понедельник вы обсуждаете Ламрим. В четверг, как и в дни учения, вам нужно собираться для развития однонаправленной концентрации шаматхи. Если в повседневной жизни вы практикуете регулярно, постепенно шаг за шагом это будет более эффективно. В капле воды нет большой силы, но если, тем не менее, капли воды каждый раз падают в одно и то же место, они способны проделать дырку даже в камне. Поэтому ваша последовательная регулярная практика – это очень мощная практика. Ваши омрачения говорят: «Мы не боимся большого количества разных ваших практик. Мы боимся какой-то конкретной вашей практики, которую вы выполняете постоянно» Ваши омрачения говорят: «Вот этого мы боимся».

Также очень хорошо, что сюда приходят представители молодого поколения. Старайтесь более глубоко понять учение. Это было бы очень полезно. Ваша жизнь начинается и вы – будущее, вы – те, кто сохранит учение в Бурятии. Также очень важно быть добрыми. Это самое важное.

Вашей самой мощной практикой, подобной дыханию, должна быть любовь и сострадание. Все время, кого бы вы ни увидели, желайте всем счастья. Кого бы вы ни увидели, желайте: «Пусть они избавятся от страданий. Пусть они избавятся от этих страданий – от болезни омрачений, и пусть они обретут безупречное счастье – ум, полностью свободный от омрачений». Чтобы вам сохранить эту практику любви и сострадания, которая подобна дереву, исполняющему желания, чтобы защитить эту практику, вам необходима практика, подобная забору. Это практика терпения, чтобы защитить дерево, исполняющее желания, любви и сострадания. Корень махаянской практики – это любовь и сострадание, но чтобы защитить ее, вам необходим такой забор терпения. Главное препятствие вашему дереву любви и сострадания – это ваш эгоистичный ум. Я очень часто сажаю семя такого дерева, но это дерево, исполняющее желания, в большинстве случаев разрушено, уничтожено. Уничтожает его ваш эгоистичный ум. Терпение не позволяет вашему эгоистичному уму уничтожить это ваше дерево, исполняющее желания, любви и сострадания. Очень важно распознать то, что ваш эгоистичный ум – это самый худший враг для вас и также для других. Из-за этого эгоистичного ума возникают все остальные омрачения, и вы становитесь «пьяными» от этих омрачений. Постоянно развивайте ум, заботящийся о других, думайте о счастье других. Очень важно смотреть также с точки зрения других людей, не смотрите всегда только со своей точки зрения. И также в семье самый лучший способ создать гармонию – это смотреть с точки зрения других. Так же и в центре. Если все эгоистичны, то в центре не может быть гармонии. А если все уважают друг друга, то гармония возникает сама собой. Поэтому, чтобы практиковать любовь и сострадание, очень важно уважать других. Уважение по отношению к другим возникает на основе понимания того, насколько полезны для вас другие. А как они вам помогают? Сколько доброты они к вам проявили и в этой жизни и во многих предыдущих жизнях! Это не просто живые существа, а это очень

добрые живые существа. Сейчас временно в силу омрачений они могут выглядеть немного агрессивными, но они очень добры по отношению к вам. Природа их ума – это чистота, она не омрачена. Так же, как погода в Бурятии, по природе погода в Бурятии не плохая. Во временном отношении в силу определенных факторов может идти дождь, но также иногда и светит солнце. Никогда не приходите к таким выводам, что такое-то живое существо плохое. Это было бы очень неправильно.

Уважать живых существ – это самый лучший способ развить любовь и сострадание по отношению к другим. Чтобы развить уважение к другим, очень важно смотреть на достоинства других людей, а их недостатки, плохие качества – это не ваше дело. Очень важно все время смотреть на достоинства, благие качества других, а в себе смотреть на недостатки. Это качество бодхисатвы. Один из обетов бодхичитты состоит в том, чтобы не восхвалять себя и не критиковать других, а это означает, что не смотрите на свои достоинства, а смотрите на достоинства других и не смотрите на недостатки других. Если вы все время смотрите на недостатки других, то вы будете критиковать других и все время нарушать обет бодхичитты. Если вы все время будете смотреть на свои достоинства, то все время будете себя хвалить и так тоже нарушите обет бодхичитты. Поэтому очень важно смотреть на достоинства других и рассматривать свои недостатки.

Если кто-то в центре совершает какие-то нехорошие, неправильные действия, вам нужно сказать этому человеку, что у вас есть множество достоинств, я их уважаю, но что касается вот этих конкретных действий, то это нехорошо, пожалуйста, не совершай их. Вам нужно различать между действием и человеком. Вы можете быть настроены против его действий, но никогда не будьте против самого человека. Даже если наш президент делает что-то не так, мы можем сказать, что с этими конкретными действиями мы не согласны, но при этом нам все время нужно также поддерживать нашего президента. Также по отношению ко всем живым существам, даже к демонам, вы можете быть против его действий, но при этом никогда не теряйте любви к этому живому существу, вам нужно любить даже демонов. Даже китайцев. Его Святейшество Далай-лама говорит в отношении китайцев: «С их определенными действиями я не согласен, но что касается самих людей, то они хотят счастья и не хотят страдать, это все живые существа, я люблю их». Любовь не означает, что вы должны соглашаться со всем, принимать все, вы можете сказать, что с определенными действиями я не согласен, но при этом я все равно люблю вас.

Что касается критики ваджрных братьев и сестер, то здесь не говорится о том, что вам вообще не нужно делать никаких замечаний братьям и сестрам, но говорится, что если из гнева, из зависти, из ревности, вы говорите: «Этот человек плохой», то тогда вы нарушаете тантрический обет. Если из любви и сострадания вы критикуете, то это очень хорошо. Потому что, если не вы будете критиковать своих ваджрных братьев и сестер, то кто это сделает? Критикуйте из любви и сострадания, критикуйте прямо в лицо, за спиной не надо, скажите прямо в лицо: «Пожалуйста, так не делайте. Вы мой брат (моя сестра), наверное, я думаю это неправильно. Пожалуйста, так не надо делать». Все, закончено. Если вы хотите что-то сказать, что скажите этому человеку прямо в лицо и никогда не говорите чего-либо такого за его спиной. Это было бы неправильно. Также стремление распространять сплетни о ком-то – это очень нехорошо. Так вы нарушаете тантрический обет из-за зависти. Итак, будьте добрыми и будьте счастливы.

Вопрос: Геше-ла, у меня есть такое предложение. В Амурской области наводнение. Можно оказать какую-то поддержку людям, живущим в Амурской области. Что мы можем сделать, чтобы им помочь? Можно это сделать?

Ответ: В настоящий момент мы делаем упор на том, чтобы помогать другим духовными знаниями, а что касается материальной помощи, то есть группа других людей, которые могут помочь больше, более богатые, чем вы. Если вы сразу затрагиваете большое количества разных областей, то не сможете эффективно работать ни в одной из этих областей. Даже, если бы у нас был миллиард долларов, и мы раздали бы по одному доллару каждому человеку, то нам бы все равно не хватило, чтобы помочь всем людям, потому что у нас на Земле семь миллиардов людей. И что нам необходимо сделать? В Бурятии есть люди, дети, живущие без родителей и что нам нужно – это стараться помогать этим людям, живущим в Бурятии. Так же в Бурятии многие люди, которые сидят в тюрьмах, интересуются буддизмом и поэтому очень важно им помогать: дарить им книги, было бы хорошо, чтобы кто-то из моих учеников также туда ездил, давал советы им.