

Итак, как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Только что мы с вами прочитали «Сутру сердца», если вы сможете читать «Сутру сердца» каждый день, то для вас это было бы очень полезно. Что касается Слова Будды, то оно представлено в виде восьмидесяти четырех тысяч томов. Это очень обширные наставления, вы не можете прочитать их все, но вы можете читать их в сжатом виде в качестве «Сутры сердца», и для вас это было бы очень полезно, тем самым вы устраняли бы всевозможные препятствия из вашей жизни и также накапливали высокие заслуги. Чтобы читать «Сутру сердца» каждый день, вам необходима передача этого текста, поэтому сейчас я дам вам эту передачу. После получения передачи каждый день читайте «Сутру сердца». Если вы выполняете одну практику каждый день, регулярно, то она будет становиться все более и более мощной.

Итак, чтобы получить передачу «Сутры сердца», визуализируйте меня в облике Манджушри и то, что мы находимся сейчас в необычном здании, что это мандала Манджушри. Когда я буду читать «Сутру сердца», то визуализируйте, как эта передача «Сутры сердца» исходит из моего рта, при этом я в облике Манджушри, проникает через ваш рот и остается в вашем сердце в качестве передачи. После этого каждый день читайте «Сутру сердца», это будет очень полезно, и это сделает вашу жизнь значимой. Даже если вы не понимаете всего глубинного смысла «Сутры сердца», все равно читайте ее каждый день, и по мере того, как вы будете читать ее снова и снова, постепенно, однажды в вашем уме начнет открываться смысл этой сутры.

Теперь, чтобы получить благословение Манджушри, вам необходимо чистое видение. Что касается вашего видения, то это обычное мирское видение, вам нужно его игнорировать, не обращать на него внимания, а развить более хорошее видение. Итак, на какое-то время не обращайтесь внимания на то, что вы сейчас видите: обычное здание и простых людей вокруг вас, не обращайтесь на это внимания на какое-то время. Визуализируйте, что сейчас вы находитесь внутри мандалы, это мандала Манджушри, в которой располагаются два божества Манджушри. Те из вас, кто уже получал посвящение, визуализируйте себя также в качестве божеств. А те, кто не получал посвящение, просто визуализируйте себя очень чистым, очень добрым человеком.

Теперь, для того чтобы получить благословение Манджушри, в первую очередь вам нужно принять обет прибежища. Главный обет прибежища – это обет не вредить другим. В буддизме это первый уровень, первое и самое главное – это то, что вы не должны вредить ни одному живому существу. Даже во имя религии вы не можете навредить ни одному живому существу, и это первый самый главный принцип в буддизме. В буддизме строго запрещены кровавые подношения во имя религии. Что касается подношений, то вы можете совершать только белые подношения и не можете совершать кровавые подношения. Причина, по которой вам не следует вредить другим, состоит в том, что если вы вредите другим, то косвенно вы тем самым вредите себе. Далее, вторая причина – вам не следует вредить другим из сострадания. Сострадание возникает из чувствительности к чувствам других людей. Мы очень чутки к своим собственным чувствам, но при этом не имеем чуткости к чувствам других, поэтому мы все время продолжаем вредить другим. Поэтому рассматривайте себя в качестве примера и не вредите другим на основе здравого смысла. То, что не нравится вам, не нравится также и другим, поэтому не вредите другим. Обычно мы так не думаем, что то, что нам не нравится, не нравится другим. Это здравомыслие с обычной, всеобщей точки зрения, универсальная этика.

Итак, все время думайте таким образом: то, что не нравится мне, не нравится также и другим, поэтому я никогда не буду вредить другим. Когда люди говорят вам грубые слова, смотрят на вас сверху вниз, вам это тоже неприятно. Поэтому никогда не говорите грубые слова другим, и также не смотрите на других сверху вниз. Уважайте всех. Когда люди

уважительно разговаривают, вам это приятно. Поэтому всегда уважительно разговаривайте. Мои старшие ученики должны показывать пример. Пользуйтесь уважительными словами, но иногда можно применять строгие слова, когда они неправильно делают: «Пожалуйста, это не надо». Не надо кричать: «О, ты такой сякой!» – это неправильно. Уважительные отношения в группе очень важны: «О, вы много хорошего делаете, но это неправильно, пожалуйста, не надо». Все, закончилось. В семье также важно сохранять уважительную атмосферу. Если муж и жена кричат друг на друга, это очень неправильно. Они подают плохой пример детям. Если в семье муж с женой уважительно разговаривают, то дети это видят и учатся этому. Потом, когда они становятся большими, они тоже будут уважать друг друга. Дети – это обезьяны. Старшая обезьяна прыгает, дети обезьяны тоже прыгают. Поэтому также ради детей этика очень важна.

Этика – это очень мудрое поведение. Поэтому никогда не говорите чего-то плохого, того, что навредило бы другим, а все время говорите что-то хорошее, приятное для людей, все время думайте хорошо о других. Его ошибки – это не ваше дело, а хорошие качества видеть – о, как хорошо! «У этого человека есть такие-то хорошие качества» – вам полезно так думать.

Что касается ваших физических действий, никогда не совершайте вредоносных действий. Это самая первая буддийская этика, нравственность. Это обет прибежища. Если вы следуете этой этике, перестаете вредить другим, принимаете обет прибежища, то в этом случае, даже если вы не называете себя буддистом, вы становитесь настоящим буддистом. А если вы продолжаете вредить другим, и при этом говорите, что мой отец – буддист, мой дедушка был буддийским ламой, поэтому я буддист, от этого вы не становитесь буддистом. Ваш дедушка был высоким ламой, но вам от этого пользы нет. Вы не станете от этого буддистом. Буддизм – это состояние ума конкретного человека. Если ваш отец был врагом буддизма, а дети приняли прибежище, обет никому не вредить, то они теперь стали самыми лучшими. Отец – это один человек, а дети – это другие люди. Через родителей стать буддистом невозможно. Вы не можете быть буддистом от рождения, вы становитесь буддистом только когда принимаете обет, и с того момента, как вы начинаете в чистоте соблюдать этот обет, вы становитесь буддистом, а в противном случае вы не буддист. Что касается монахов, то здесь точно также, вы не можете стать монахом, просто надев на себя монашеские одежды, но с того момента, как вы начинаете по-настоящему соблюдать монашеские обеты, вы становитесь настоящим монахом. Если вы держите обеты в чистоте, то даже если вы не надеваете монашеские одежды, вы – монах. А если нарушаете обеты, и при этом надеваете красивую монашескую одежду, то вы – не монах. Буддийский монах – это тот, кто соблюдает монашеские обеты. А буддист вы или не буддист определяется тем, держите вы обет прибежища или нет. Когда у вас обет прибежища есть, даже если вы не называете себя буддистом, то вы – буддист по-настоящему. А когда вы нарушаете этот обет, продолжаете вредить другим, и при этом называете себя: «Я буддист. Я не просто буддист, я буддист Махаяны, и не только Махаяны, я тантрический буддист. Я йогин. Я особый йогин», – вы ни йогин, ни буддист Махаяны, вообще – не буддист. Вы – позор буддизма.

Итак, сегодня примите этот обет не вредить другим, и старайтесь, насколько можете, никому не вредить, это ваша самая первая практика. Вначале сделайте себя безвредными людьми, не будьте слишком активными, вначале быть безвредным – это самое главное. Мне не нравятся люди, которые с самого начала ведут себя слишком активно. Они не пойдут далеко, потом они падают. Кто не умеет бежать марафонскую дистанцию, вначале бежит очень быстро, говорит: «Как я быстро бегу, какой я молодец!» Потом он падает. Опытные буддийские практики вначале быстро не бегают. Они каждый день бегают понемногу, но постоянно, стабильно. Стабильно занимаются каждый день один час или полтора часа, не пропускают ни одного дня, и спокойно сидят. Выглядит так, как будто они не занимаются,

но они каждый день занимаются этой практикой. Поэтому у них стабильный ум. Так надо делать. Вам этой стабильности не хватает. Когда приходят новые ученики, они говорят красивые слова: о, как интересно, я буду необычным человеком. Потом день и ночь занимаются, целый месяц не принимают пищу, окна все закрывают. Но потом они все бросают, ничем не занимаются. Это ошибка. Это русская ошибка: экстремальное поведение. У русских людей есть эта экстремальность. Это ваша черта, надо быть чуть-чуть спокойнее. Вы или ничего не делаете, или очень активные, середины нет. Тем более, русские мужчины: или экстремально, очень активно, или вообще ничего. Средним путем идти не умеете. Этому надо учиться, это неправильно. Практика должна быть стабильной, постоянной. Не надо слишком возбуждать свой ум. Это далекий путь – состояние будды очень далеко. Для вас достаточно заниматься каждый день в течение одного часа, но постоянно, стабильно – заниматься, заниматься, заниматься, и потом у вас будет опыт. Потом вы увидите результат и скажете: «О, я стал во много раз лучше, чем два года назад, мое состояние ума намного лучше. После того как я два года занимался каждый день в течение одного часа, благодаря этому через два года я вижу на своем опыте: у меня есть прогресс. О, как хорошо! Сейчас я хочу полтора часа заниматься». Вот так – полтора часа каждый день. Если вы хотите чуть-чуть больше делать, это надо обдумать и решить: «Постоянно, до смерти я буду продолжать эту практику». Поэтому резко увеличивать время ежедневной практики до трех часов не надо. Скажите себе, что вы каждый день будете делать одну и ту же практику в течение часа, даже полтора часа не надо. Через какое-то время вы принимаете решение увеличить свою практику на десять минут. Скажите себе: «Я буду делать эту практику до конца жизни, не один месяц, не два месяца. Я принимаю решение делать ежедневную практику на десять минут больше».

Если какие-то мастера говорят о том, что, получив посвящение, нужно будет выполнять обязательства, то в настоящий момент я не сразу же беру такие посвящения, потому что не могу соблюдать обязательства. Если я принимаю обязательства, то выполняю их до конца жизни. Вы поступайте точно также.

Поскольку я принимаю прибежище в Будде, я никогда не буду принимать прибежище в мирских богах. Поскольку я принимаю прибежище в Дхарме, я не буду вредить ни одному живому существу. Поскольку я принимаю прибежище в Сангхе, я не буду водить компанию с дурными друзьями. С теми, кто вредит живым существам, с теми, кто придерживается ложных взглядов. Если вы общаетесь с такой дурной компанией, то результатом будет то, что вы обретете множество дурных привычек.

Далее, одного лишь обета прибежища для благословения Манджушри недостаточно, вам также необходимо принять обет бодхичитты. Главный обет бодхичитты – это обет помогать другим. В нашей жизни мы очень эгоистичны, все время думаем: «Я, я, я, мои дела, мое счастье. Я должен быть счастлив, остальные – ничего страшного. Пусть они страдают, ничего», – это тупой ум. Потому что мы одни без других не можем быть счастливы. Мы все зависим друг от друга. Поэтому другим плохо, а мне хорошо – так невозможно. Если вы сидите на стуле, вы зависите от четырех ножек. Например, вы говорите: «Я не сижу на четырех ножках. Самое главное – это та ножка, на которой я сижу, она должна быть крепкой. Другие ножки сломаются – ничего страшного». И вы делаете толстой ту ножку, на которой сидите, а остальные ножки остаются тонкими. Но тонкие ножки сломаются от веса вашего толстого сидения и ваш стул упадет. Нашему уму не хватает этого понимания: только один я не могу быть счастлив. Вы зависите от других. Если другим плохо, то вам тоже будет плохо. Ваше счастье зависит от других. Если все вокруг страдают, плачут, а у вас – миллион долларов, разве вы будете счастливы? Когда все вместе счастливы, делятся хлебом, все вместе смеются – это счастье. Например, у одного человека в доме всего много: икры, водки, разная еда есть, но как один человек может быть счастлив? Это образ мысли

как у собаки. О чем думает собака? Она глаза закрывает и видит дом полный мяса, и она в доме совсем одна, нет ни окон, ни дверей, чтобы не пришли другие собаки. Деревьев тоже нет. Это тупой ум, как дышать в таком доме, как пойти в туалет? Мы тоже так: только «я, я» – это неправильно. Бодхисаттва поступает мудро: он думает только о благе других, но свое счастье к нему приходит само по себе.

Поэтому вам нужно немного уменьшить свой старый примитивный образ мышления, когда вы все время думаете: «Я, я, я». Скажите себе: я не самый главный. Я знаю, что в настоящий момент вы не можете прийти к такой сильной убежденности в том, что другие важнее, чем вы, для вас это трудно сейчас. Те мысли, которые у вас есть в настоящий момент, – это то, что я самый главный, а другие не важны. Вы вообще не думаете о других. Только я, я. Даже папу и маму забываете, которые вас родили. Родители стали старыми, болеют, а вы думаете: «А, ничего страшного, у меня не должно быть проблем. А, пусть, ничего, старые люди умирают, ничего страшного». Вот так нельзя.

Я расскажу один анекдот. Монах увидел одну женщину. Эта женщина плачет, монах ее спрашивает: «Почему ты плачешь?» Женщина отвечает: «О, моя мама умерла». Монах говорит: «Ничего страшного, все непостоянно, все умирают. Однажды ты умрешь, я умру, мама, конечно, умрет, все непостоянно». Так он сказал, такие красивые слова. Потом на следующее утро этот монах сам плачет. Эта женщина спрашивает: «Почему вы плачете?» Он говорит: «Моя корова умерла». Женщина говорит: «Вчера вы мне сказали «все непостоянно, мама непостоянна, все непостоянно». Почему, когда другие умирают, это ничего страшного, а когда своя корова умирает, это очень плохо?» Монах говорит: «Как я теперь буду пить молоко? Молока нет».

Вы слишком чувствительны к самим себе: когда умирает ваша корова, вы плачете, а если умирает мать другого человека, то у вас нет к этому чуткости. «Это ничего страшного, все непостоянно», – вот так вы говорите.

Чуткие люди никогда не скажут: «Ну, ничего страшного, все непостоянно». Чуткие люди, наоборот, скажут: «Мы соболезуем, что умерла ваша мать, мы помолимся о ее лучшем перерождении». Когда чужая мама умирает, так надо говорить. Жалко, умерла. Когда своя корова умирает, надо говорить: «А, все непостоянно, ничего страшного». Ваша Дхарма – эгоистичная Дхарма. Когда умирает кто-то чужой, вы говорите: «Все непостоянно, ничего». Когда умирает кто-то свой: «Как жалко, корова умерла!» – вот так не надо. Надо думать так: «Как жалко! Ваша мама умерла, мы будем молитвы читать, пусть она получит хорошее перерождение». Когда своя корова умирает, надо говорить: «Все непостоянно, ничего страшного. Однажды и я умру, ничего страшного». Вот так.

Что вы можете, так это думать таким образом, что я и другие одинаково важны. Это возможно. Когда я раньше слушал махаянское учение, и Учитель говорил мне о заботе о других больше, чем о себе, мне это не подходило, не получалось. Потому что я не мог сразу резко измениться, я не мог прыгать даже на один метр, а мой Учитель говорил: «На два метра прыгай», – это у меня не получалось. Я думал: «Это возможно в будущем, а сейчас не получается». Далай-Лама как прочитал мои мысли, он сказал: «Мы слишком привыкли к заботе о себе: «я, я, я». Сразу заботиться о других больше, чем о себе, не получается». Я подумал: «Да-да-да, я такой, у меня не получается». Далай-лама говорит: «Вначале делай так: ты и другой – в равной степени важны, только о себе не думай, другие тоже важны». Мне так приятно было, я подумал: «Да, это я могу». Вы тоже это можете.

Вам нужно сказать себе: «Насколько важен я, ровно настолько важны и другие люди, я не могу сказать, что я важнее, мы все одинаково важны». Когда за столом десять человек,

думайте так: все десять должны кушать. Вы же думаете: а, я голодный, я хочу кушать. Еды должно хватить ровно на всех десять человек. Закон для всех людей одинаков. Это ваша практика. Всегда думайте: «Все одинаковы, имеют одинаковое право, все одинаково важны. Я один – неважно». Тогда в семье будет гармония. Потом потихонечку, потихонечку вы будете думать: «Я один, а других большинство», – это демократия. Кто важнее: один человек или большинство? Демократическая система означает, что большинство важнее. Поэтому бодхичитта – это демократия. Большинство важнее, чем один человек. Это демократично. Вы создаете систему демократии в вашем уме. Тогда будет хорошо. Сейчас в вашем уме не демократичная система. Ваш ум – диктаторская система. Эго, я – это диктатор, он говорит: «Я главный. Все – ничего страшного». Из-за этого в вашем уме нет счастья. Система неправильная. Поэтому вы должны сделать в вашем уме по-настоящему демократичную систему. Это бодхичитта, ваш ум думает: большинство важнее, чем один человек, один я. Поэтому внутри вашего ума будет демократия. Кто будет премьер-министром, президентом? Ум, заботящийся о других. Ум, заботящийся о других, должен быть президентом или премьер-министром вашего ума, тогда вы будете по-настоящему счастливыми.

Итак, пообещайте, что вы создадите по-настоящему демократическую систему в своем уме, и устранили этого диктатора из своего ума, который является главным создателем проблем в царстве вашего ума. Эгоистичный ум – это диктатор. Он делает вас несчастными и также делает других несчастными. А теперь, пожалуйста, пообещайте мне, что создадите хорошую демократическую систему в вашем уме. Если вы создадите такую хорошую систему в своем уме, то побочным следствием этого будет то, что и в вашей семье также установится хорошая демократическая система. Обычно диктатор муж говорит: «Я главный». Муж диктатор. Или эгоистичная женщина говорит: «Я главная». Она диктатор. Семья такого диктатора – несчастливая. В семье должна быть демократия. Все должны иметь одинаково равные права. Все одинаково важны. Потом вы согласитесь, что большинство важнее. Это демократия. Даже когда телевизор смотрите, не должно быть диктатора, большинство смотрит то, что они хотят. Все голосуют: мы хотим спорт. Тогда хорошо, ладно, спорт смотрим. Если все говорят: мы хотим «Дом-2», тогда хорошо. Не должно быть диктатора. Кто в семье громче кричит, того все слушаются – это неправильная система. В такой семье счастье невозможно. Что хочет большинство – это демократия. Эту демократическую систему две тысячи пятьсот лет назад создал Будда. Монастыри – это демократические системы. Главная система в монастырях – это демократия. Там все монахи вместе выбирают одного как главу. Эта демократическая система создана давно. Потому что Будда говорит: большинство важнее, чем один человек. Поэтому демократическая система – это буддийская система. Создайте в своем уме такую систему. В вашей семье тоже создайте настоящую чистую демократическую систему, и в нашей стране нужно создать такую демократию.

Тогда воцарится гармония, основанная на истине, на правде, это очень важно. Самое сильное – это истина, правда. Сейчас русская политика очень сильно основана на истине, правде. Я видел нашего президента Путина, когда он решал вопросы, связанные с положением в Сирии, как он хорошо заботился о мирных политических шагах. Поэтому есть фото людей в Европе, Италии, которые говорят: мы за вас, Владимир Путин. Это наш русский президент, я как русский человек, им горжусь. Наш папа – молодец. Он поступает честно, проводит мирную политику, Америку не боится. Все страны боятся Америки, Китай сильно боится. Владимир Путин, наш папа, говорит: так нельзя. Доказательств нет, так нельзя убивать. Какой он молодец! Поэтому мы все – дети России, мы счастливы, что наш папа идет таким правильным путем, мы должны молиться: дальше делай так же, честно защищай правду. Это для будущего России очень хорошо.

Теперь соедините руки. Итак, думайте таким образом: «Я устраню этого диктатора, создателя проблем, из своего ума, – этот эгоистичный ум, и создам в своем уме демократическую систему, при которой большинство – это самое важное. Мой ум должен заботиться о счастье большинства. Если я создам такую систему, то я стану счастлив, и окружающие меня люди тоже будут счастливы». Буддизм – это замена системы внутри вашего ума. Если внутри вашего ума система не меняется, такой эгоистичный ум, а вы читаете молитвы, мантры, в медитации сидите, делаете практику шести йог Наропы, – пользы нет. Эго становится еще больше, у вас большие глаза. Потом вы говорите: «О, я необычный человек, я умею летать». Это позор для буддизма. Вначале внутри нужно менять систему. Когда у вас внутри хорошая система ума, заботящегося о других больше, чем о себе, демократическая система, тогда делать практику шести йог Наропы – это будет очень эффективно. Тогда заниматься тантрой – это совсем другое дело.

Итак, пообещайте: «Я приму обет бодхичитты, из всех сил буду стараться помогать другим. И с этого момента я постараюсь уничтожить этого диктатора – эгоистичный ум. С этого момента я постараюсь создать чистую демократическую систему в своем уме, с умом, заботящимся о других. Это мое обещание».

Помолитесь: «Пусть я стану источником счастья для всех живых существ из жизни в жизнь. Где бы я ни родился, пусть я везде смогу приносить мир, счастье в то место, где я рождаюсь». Это драгоценный ум, это универсальная религия. У такой доброты нет таких свойств, как христианская доброта или буддийская доброта или мусульманская доброта, это универсальная религия.

В настоящий момент вы не знаете, насколько опасны отпечатки негативной кармы. Например, если в вашем теле присутствуют какие-то опасные токсины, то доктор скажет, что вам необходимо вывести эти токсины из своего тела, иначе вам грозит большая опасность. Если вы от них очиститесь, то профилактическим способом вы предотвратите большое количество своих проблем. Точно также в буддизме говорится, что все наши проблемы, все трагедии являются результатом проявления отпечатков негативной кармы, которые подобны токсинам в вашем теле. И если вы их очищаете еще до того, как они проявились, то вы – мудрые люди. А если они уже проявились и вы приходите ко мне и обращаетесь: «Геше Ла, пожалуйста, помогите мне», – это уже слишком поздно, чем я могу вам помочь? Когда карма проявляется, Будда тоже ничего не может сделать, поэтому нам нужна профилактика. Надо очищать негативную карму пока еще не поздно. У вас, жителей Бурятии, есть такая черта: когда проблем нет, вы сидите дома, водку пьете, отдыхаете. А когда начинаются проблемы, вы идете к ламе, делаете ритуалы, даже к шаману идете, туда бежите, сюда. Это не даст большой пользы. Когда карма проявляется, лама уже не сможет помочь. Вы говорите: «О, лама не помогает, наверное, шаман поможет». Вы идете к шаману, но шаман тоже не помогает, что же делать? Тогда вы попадаете к обманщику, который говорит вам: «О, у меня есть такая особая техника. Вы так, так делайте». Вы ему платите деньги. Все это ошибка. Когда карма проявляется, лама не поможет, даже Будда не поможет, шаман тем более не поможет. Аферистам это выгодно. Поэтому самое лучшее – очищать негативную карму, пока не поздно. Когда я бываю здесь два раза в год, для вас очень полезно получать благословение Манджушри, благословение Тары, очищать негативную карму, это дает шесть месяцев гарантии: плохо вам не будет. Посмотрите, многие мои ученики, таким образом, получают в жизни удачу.

Мы очень часто своей речью произносим грубые слова по отношению к другим, и это неправильно, это создание негативной кармы. Эту привычку нужно устранить. В России у людей есть такая привычка, говорить слишком грубо, резко с другими людьми, у вас нет привычки дипломатичного общения. Ваш ум добр, россияне добрые люди, но при этом ваш

язык не очень добрый. С другой стороны, в Англии ум у людей не такой добрый, но как красиво они говорят! Это тоже нехорошо, это лицемерие. Такой человек внутри злится, но внешне улыбается, говорит: «Не-не-не, ничего, все нормально», – это тоже неправильно. Но чуть-чуть злиться, и сразу все показать – тоже неправильно. У каждой нации есть своя ошибка. Мы, русские, добрые люди, но язык у нас недобрый. Из-за этого возникает много проблем. Поэтому, старые ученики, разговаривайте уважительно. Тому, кто вам помогает, говорите: спасибо большое. Никто вам ничего не должен. Кто придет помогать центру, скажите: спасибо большое. Не говорите: ты должен помогать, почему ты не помогаешь? Так не говорите. Кто помогает центру, скажите: спасибо большое. Если не помогает, ничего страшного. Никогда не говорите: «Почему ты не пришел? Почему ты не помогал?» Так никогда не надо говорить. Себе надо так говорить: «Почему ты не помогал?» Другим не надо так говорить. Вы делаете наоборот: когда у чужого человека умирает мама, вы говорите: а, ничего страшного, это непостоянство. А если кто-то свой – как жалко! Так нельзя.

Итак, очень важно говорить друг с другом уважительно. Это мудрое поведение, этика, нравственность. Если вы внутри добрый, то и ваша речь становится приятной. Никому не вредите, уважительно разговариваете. Это богатая культура, это наша русская культура. Мы должны делать такую культуру, нашу русскую культуру. Человек должен быть добрым внутри, говорить тоже очень хорошо, высоким языком, красиво, тогда людям будет приятно слушать. Ради блага людей обязательно так надо делать, хорошо говорить, никому не говорить плохого, не смотреть сверху вниз. Даже когда вы критикуете кого-то, делайте это уважительно: «У вас есть много хороших качеств, но это, пожалуйста, не надо. Тогда вы будете еще лучше». Не говорите: «Вы такой-сякой», – так не надо. Даже критикуйте из уважения: «У вас есть много хороших качеств, но один минус есть, пожалуйста, это убирайте, и вы будете еще лучше». Это уважительная критика, это полезно людям. Тогда люди будут вас слушать. Если вы хотите критиковать жену, никогда не говорите ей: «О, ты такая сякая». Она только хуже будет. Скажите так: «О, жена, ты мудрая, ты очень хорошая, но один минус есть, его надо убрать, и еще лучше будет». Тогда она будет рада, скажет: да-да-да. Также и по отношению к мужчинам, если вы говорите мужчине: «Ты такой сякой», тогда русский мужчина еще хуже будет. Вы говорите: «О, ты молодец, у тебя много хороших качеств. Это один минус, пожалуйста, убирай его». Тогда русский мужчина будет счастлив меняться.

Теперь соедините руки. Пообещайте, что не будете произносить никаких грубых слов по отношению к кому-либо. Если даже вы кого-то критикуете, то делайте это очень дипломатично, просите: «Пожалуйста, не поступайте так». В качестве уже последнего варианта, если они не понимают по-другому, тогда вы можете сказать что-то строго, из сострадания. Строго – последний вариант, из сострадания, когда мирно не получается. Сразу строго нельзя.

Итак, ваша речь очищена, и, по крайней мере, одну неделю старайтесь не произносить ни одного грубого, вредоносного слова по отношению к кому-либо. По привычке у вас это будет возникать, вырываться, но, тем не менее, старайтесь не говорить этого. Когда сказал, сразу по рту один раз ударь. Вот так делайте, и у вас появится привычка говорить уважительно. Вам нужна дисциплина. Один раз плохо сказал – один раз ударил. Два раза плохо сказал – два раза ударил. Тогда ваше эго задумается: мне это невыгодно. Вот так надо делать.

Также обращайтесь к божеству Манджушри с просьбой: «Пожалуйста, благословите меня, чтобы в первую очередь я обрел мудрость понимания того, что если я помогаю другим, то косвенно я тем самым помогаю сам себе». У вас нет такой мудрости, вы этого не понимаете.

Вы только слова можете говорить, но внутри еще не поняли. Когда вы внутри это поймете, вы всегда будете рады помогать людям, потому что, когда вы помогаете, это вам выгодно. Во много раз, в миллион раз выгодно. Поэтому вы будете рады помогать людям. Пока вам помогать другим людям очень трудно. Потому что у вас в голове еще нет полной системы. Вы еще не поняли.

Также попросите: «Манджушри, пожалуйста, даруйте мне мудрость, чтобы я смог познать абсолютную природу феноменов». Если вы обретете понимание абсолютной природы феноменов, то вы поймете, что в пустом доме вы ничего не можете потерять, и там также ничего невозможно найти. Мы все время что-то делаем, надеясь, что сможем что-то обрести в этом пустом доме. Бегаем, бегаем, что-то делаем, на что-то надеемся. Надежды – это радуга, вы бежите за радугой, но она меняет положение, и вы говорите: что мне делать? В пустом доме вы ничего не найдете. Дом – это сансара. Пустой дом – это сансара, там счастья вы не найдете. Ничего не найдете.

Также в пустом доме ничего нельзя потерять. Вы все время боитесь, что что-то потеряете, и все время у вас есть надежда, что вы что-то обретете. Вы так мечетесь между надеждами и страхами. А когда вы поймете абсолютную природу феноменов и также вашего ума, вы поймете то, что в пустом доме ничего не потерять и ничего не найти. И в этом случае вы по-настоящему отдохнете в абсолютной природе вашего ума. Это практика махамудры. А для этого вам нужно понимать абсолютную природу себя, своего ума. Но это нелегко, вы не сможете понять это, услышав лишь одно или два слова, это очень-очень сложная тема – постижение пустоты.

У одного йогина было прямое видение божества Манджушри. Он длительное время медитировал в горах на теорию пустоты и знал все теоретическое учение. И когда он увидел божество Манджушри, он спросил его: «Каким является мое воззрение? Является ли оно воззрением Прасангики Мадхьямаки или это воззрение Сватантрики Мадхьямаки?» Манджушри ответил: «Твое воззрение еще не является полностью воззрением Прасангики Мадхьямаки. Оно похоже, но еще не полностью. Если бы у тебя было ясное понимание воззрения Прасангики Мадхьямаки, то в этом случае видимости опровергли бы крайность этернализма, а пустота устранила бы крайность нигилизма. Но в твоём уме этого не происходит. В пустоте все причины и следствия возможны, осуществимы, но это все еще не соответствует твоему воззрению, на тонком уровне еще это не совпадает». Поэтому познать теорию пустоты, реализовать махамудру, прочитав одну-две книги, такие разговоры ни к чему не приводили в прошлом, в будущем такого не будет, в настоящем это также невозможно. Это непонимание пустоты. Если вы с таким теоретическим багажом думаете, что сидите в медитации по махамудре, от такой медитации прогресса не будет. Сейчас ваш ум постоянно меняется, это не теория пустоты. Кхедруб Ринпоче говорил: это не теория пустоты. Это не абсолютная природа ума. Это непостоянный ум. Это еще не махамудра.

Итак, обращайтесь к божеству Манджушри с просьбой: «Пожалуйста, благословите меня на то, чтобы однажды я познал целостное воззрение Прасангики Мадхьямаки». И как только вы обретете полное понимание воззрения Прасангики Мадхьямаки, это будет по-настоящему высокое счастье. Когда поймете теорию пустоты, вы сможете проходить сквозь стены. В Тибете, в монастыре Гоман после философских диспутов монахи покидали монастырь сквозь стены. Когда они постигали теорию пустоты, то понимали: такого конкретного дома нет. Все монахи собирались в монастыре, сидели, и когда заканчивали занятия, выходили через дверь. Тогда постигшие пустоту говорили: «Зачем дверь? Здесь конкретного дома нет. Стен тоже нет», и они спокойно проходили сквозь стены. Поэтому Гоман означает «Много дверей». Потому что когда люди смотрели на гору, где находился монастырь Гоман, они видели, что монахи покидали его с разных сторон. Они думали:

наверное, там много дверей. Поэтому этот монастырь называется «Монастырь с множеством дверей».

Итак, когда в вас растворяется большое количество желтых божеств Манджушри, обращайтесь с просьбой: «Манджушри, пожалуйста, благословите меня, чтобы однажды я познал полное воззрение Прасангики Мадхьямаки». Это конечное воззрение Будды. Без познания конечного воззрения Будды Прасангики Мадхьямаки невозможно достичь состояния будды, это невозможно. Это на сто процентов невозможно.

Итак, благодаря этому благословию однажды вы познаете конечное воззрение Будды, Прасангику Мадхьямаку. Даже если у вас нет такого понимания, вы все время обращайтесь с просьбой, все время молитесь: «Пусть я однажды смогу познать воззрение Прасангики Мадхьямаки». Атиша говорил в отношении воззрения Будды: «В Индии распространено множество разных взглядов, которые раскрывал Будда, но что касается конечного воззрения, то его раскрыл Нагарджуна, полагайтесь на то, что раскрыл Нагарджуна и его сердечный ученик Чандракирти. Полагайтесь на этих двух мастеров, и тогда вы познаете конечное, абсолютное воззрение Будды».

Сегодня у вас очень хороший шанс принять обет не употреблять алкоголь. Алкоголь – это одна из главных проблем в России. По сути, алкоголь – это яд. Научно доказано, что это яд. Зачем надо вредить себе? Алкоголь вредит печени, вашему мозгу, всему организму. Ум становится неясным, работать нормально не может, алкоголь – источник всех проблем. Зачем это надо? С другой стороны, вы подаете дурной пример молодому поколению. Так вы вредите не только себе, но также вредите и другим. Поэтому всех вас я прошу: пожалуйста, примите этот обет не употреблять алкоголь. Даже если вы употребляете его лишь немного, все равно примите обет, что вообще не будете употреблять. Некоторые женщины думают: «Ну, ничего страшного. Я пью лишь немного вина». Но зачем пить вино, ведь есть так много всего вкусного, вкусные соки, чай. Чуть-чуть, чуть-чуть, потом – алкоголик. Нет такого в нашем мире, чтобы алкоголик говорил с самого начала: я буду много пить. С самого начала он говорит: о, чуть-чуть – ничего страшного. Сначала он чуть-чуть вина пьет, а потом становится алкоголиком, остановиться невозможно. Я всех вас прошу в качестве платы за мое учение, пожалуйста, примите такой обет не употреблять алкоголь. Мне не нужна ваша какая-то денежная плата за мое учение, а вот такой обет не употреблять алкоголь – это будет вашей платой за мое учение.

Прасангики Мадхьямаки говорит о том, что обет представляет собой невидимую форму. Это тоже форма. Когда вы нарушаете обет, то эта невидимая форма исчезает из вашего ума. Эта форма невидима для обычных людей, но высоко реализованные существа способны видеть такие обеты. Человек, который долго медитировал в горах, когда он видит, что кто-то надевает монашеские одежды, он говорит: «Зачем ты надеваешь монашеские одежды? У тебя обетов нет». Он сразу видит: у тебя обетов нет, зачем ты надеваешь монашескую одежду? Простые люди этого не видят. Если вы нарушаете обет не пить алкоголь, они видят: о, вы нарушили обет, раньше он был, а сейчас его нет. Это другой уровень, он существует, они видят ментальным сознанием. Такие обеты, формы называются чокки-кече. Это объект не зрительного, не слухового сознания, это обет ментального, прямого йогического познания.

Когда вы принимаете обет, это не просто что-то такое поверхностное, а это нечто настоящему научное, вы действительно обретаете этот обет, он появляется внутри вас и является очень мощной, очень хорошей защитой. Когда вы держите обет в чистоте, ваша иммунная система становится лучше. Ученые посмотрели, почему это у этого человека иммунная система сильнее? Одна причина – это обет. Другая причина – сильная любовь и

сострадание. Ученые говорят, что для улучшения иммунной системы нет прямых причин. Кто-то таблетки принимает, но иммунная система все равно слабая. Поэтому ученые также пришли к выводу, что иммунная система сильно зависит от любви и сострадания, потому что они знают: у кого сильная любовь и сострадание, у того сильная иммунная система. Поэтому они поняли, что другой причины нет. Это любовь и сострадание делает иммунную систему человека сильной. Мать Тереза трогала своими руками столько больных людей, обнимала их, но она не заболела. Потому что иммунная система сильная. Ученые посмотрели, почему сильная иммунная система? Потому что она не думала о себе, заботилась о других больше, чем о себе. Это очень хороший пример из христианства. Я очень уважаю Мать Терезу. В конце концов, все одинаково. Цель и буддизма и христианства – делать людей добрыми, делать людей мудрыми, такой человек – источник счастья для других людей. Это цель. Цель не в том, чтобы стало больше буддистов или больше христиан. Это эго играет, это неправильно. Буддийские, христианские святые не стараются делать людей буддистами или христианами. Важно делать людей добрыми и мудрыми. Они говорят: пожалуйста, помогайте живым существам. Это главная цель. Сейчас в нашем мире эго контролирует религию, когда говорят: «Наша религия», «Мы буддисты», «Мы из такой-то школы», – вот это эго. «Я буддист», а среди буддистов: «Я из такой-то школы, моя школа хорошая, а другие – плохие». Тогда зачем вам буддизм? Именем буддизма вы создаете много негативной кармы. «О, эта школа такая, другая школа такая, наша школа самая лучшая», – вот так нельзя.

Итак, благословение окончено, завтра я уезжаю. До нашей новой встречи в следующем июне будьте счастливы, будьте добрыми. Я думаю, что этого бензина вам будет достаточно на шесть-семь месяцев. И когда ваш духовный бензин закончится, я снова к вам приеду. Потому что я знаю, что когда бензин заканчивается, я начинаю слышать эгоистичный шум. Когда я слышу эгоистический шум, я думаю: о, там бензин закончился. И когда меня здесь нет, очень важно, чтобы вы собирались вместе в буддийском центре «Атиша». Собрания будут проходить три раза в неделю, но если вы слишком заняты, не можете посетить все три раза, то, как минимум, один или два раза в неделю приходите в центр. Если вы будете делать практику вместе со своими братьями и сестрами по Дхарме, вы увидите, что есть очень много всего того, чему вам следует научиться. Если вы делаете практику одни, то вы можете думать, что вы все знаете, но если вы будете делать ее в группе, в коллективе, то увидите, что в действительности есть много всего того, чего вы не знаете, чему вам следует научиться. Ваши братья и сестры помогут вам, подскажут, что есть множество других всевозможных тонких нюансов, которые вам необходимы для вашей практики. Итак, будьте счастливы и будьте добрыми.