

Итак, как обычно очень важно в первую очередь породить правильную мотивацию. Чтобы получить благословение Белой Тары очень важно, чтобы было проведено два процесса: один – со стороны Духовного Наставника и второй – со стороны учеников.

Итак, со стороны Духовного Наставника очень важно с мотивацией любви и сострадания без эгоистической мотивации провести ритуал призыва божества и всю необходимую подготовку. Это я уже провел. Если Духовному Наставнику недостает любви и сострадания и силен эгоистичный ум, то он не сможет призвать божество. Даже если он призовет божество, божество не придет, поскольку мотивация неверна. А если божества здесь не будет, то, как вы сможете получить благословение? С моей стороны я изо всех сил старался породить правильную мотивацию и провел ритуал призывания божества. Поэтому я надеюсь, что божество здесь присутствует. Мы просто не видим божество Белую Тару, но она здесь присутствует.

Далее с вашей стороны. Недостаточно чтобы подготовка была только с моей стороны, вам со своей стороны также очень важно хорошо подготовиться. Чтобы полить вас нектаром благословения в первую очередь мне необходимо набрать этот нектар. Это я уже провел. Теперь возможно здесь этот нектар уже готов. Но для того чтобы вы получили этот нектар благословения, вам очень важно правильно подготовить сосуд своего ума. Если сосуд вашего ума перевернут, то, сколько бы я ни старался влить в него нектар, ничего в него не попадет. Так, очень важно не только правильно расположить сосуд вашего ума, но также важно, чтобы он был чистым. «Очень чистый сосуд» означает, что без эгоистичного ума с сильными чувствами любви и сострадания, с заботой обо всех живых существах вы получаете благословение. А «правильное расположение» сосуда вашего ума – это означает, что у вас есть вера, потому что если у вас нет веры, то это все равно, что сосуд вашего ума перевернут. Тогда ничего не попадет внутрь. Но одной лишь веры вам недостаточно, необходимо также сделать так, чтобы сосуд вашего ума был чистым. Думайте так: «Так же, как счастья хочу я, как я не хочу страдать, так же и другие люди испытывают точно такие же чувства». Мы очень много усилий прикладываем для того, чтобы решить проблемы и добиться счастья, но в первую очередь наши методы неэффективны, во вторую очередь мы не знаем, как правильно это делать, а в третью очередь мы допускаем очень много ошибок. Поэтому сейчас мы застряли и не знаем, как решить наши проблемы. Думайте так: «Божество, вы обладаете невероятной мудростью и невероятной любовью и состраданием, пожалуйста, помогите нам, дайте нам благословение. Не только я, но и все живые существа страдают под контролем омрачений. Пожалуйста, помогайте нам из жизни в жизнь. Помогите нашему уму становиться все более добрым и все более мудрым». Если вы получаете благословение с такой мотивацией, то на сто процентов вы его получите.

Итак, когда вы получаете благословение, почувствуйте, что вас окружают все живые существа. Вы как лидер, читающий молитву, просите даровать благословение всем живым существам. Здесь когда вы просите даровать благословение всем живым существам, вы сами получаете невероятно мощное благословение.

Итак, это первая очень важная мотивация. А теперь, чтобы получить благословение Белой Тары, одной лишь правильной мотивации вам недостаточно, вам также необходимо придерживаться чистого видения. В буддизме, в особенности в тантрах говорится о том, что чистое видение очень важно. Обычно в нашем уме мы придерживаемся очень негативного видения. Если мы будем следовать такому негативному видению, то даже у Будды и у божества мы сможем найти какие-то недостатки. Это неправильно. Такой негативный образ мышления и негативный образ видения, такая атмосфера естественным образом делает так, что все вокруг вас кажется вам ужасным. Поэтому один из мощных методов обретения счастья и решения проблем – это сохранение чистого видения. Даже если вас кто-то ругает,

также придерживайтесь чистого видения, думайте так: «Может быть, он старается сделать меня сильным. Он мне помогает. Он хочет сделать мой ум сильным, поэтому он меня ругает». Если вы так думаете, то злиться не будете. Слова в одно ухо войдут, из другого выйдут. Вы будете счастливы. Чистое видение – это очень хорошо! Если вы сохраняете чистое видение, то вас очень трудно расстроить. Сколько бы ни пытались вас расстроить, ничего не получится, вы все время будете счастливы. Я видел такой мультфильм «Лунтик». У Лунтика есть такое по-настоящему чистое видение. Мне это очень нравится. Я очень ценю автора, который написал сценарий к этому мультфильму. Там есть одно такое очень наглое живое существо. Оно там все время требует: «Принеси мне это». Лунтик приносит это. «Нет, этого недостаточно. Еще другое». «Хорошо». У Лунтика вообще нет негативных мыслей о том, что тот такой наглый. Он говорит: «Хорошо. Этого недостаточно? Что еще надо?» Тот отвечает: «Мне надо такое и такое». А Лунтик ему: «Хорошо, я принесу». Когда я посмотрел мультфильм, то подумал: «Какое это хорошее видение: он помогает; его ругают, но его ум не становится несчастливый». Он спокоен: «Хорошо. Я принесу». Это чистое видение. Много слов он не говорит. Посмотрите на Лунтика – это чистое видение. Если я попрошу одного человека принести стакан воды и скажу: «Нет, это неправильно, это просто вода, принеси мне другое». Вы подумаете: «Что такое? Вы такой наглый, такой-сякой». И сразу уйдете. Это нечистое видение.

Иногда очень трудно знать, может быть, это существо – действительно божество, которое проверяет вас, насколько вы сильны. «Он ученик Геше Тинлея, слушал много лекций, сейчас я посмотрю, какой уровень его практики. Потом он подумает: «О, все! Пользы нет». Не делайте вывода, что этот человек плохой. Очень трудно судить о мотивации других людей. Очень трудно оценить, хорошая мотивация у человека или плохая. Но если вы видите человека как чистого, а в действительности он не чистый, то в этом нет ничего дурного. Даже если человек плохой, а вы думаете, что он хороший, то из-за этого у вас кошмара не будет. Наоборот если перед вами настоящий бодхисаттва, а вы его считаете плохим, то это очень опасно, это накопление очень тяжелой негативной кармы. Поэтому нет ничего дурного в том, чтобы всех видеть хорошими, кроме одной ситуации. Если речь идет о деньгах, о каких-то финансовых вложениях, то будьте осторожны. В это время чистое видение не нужно. В это время надо быть практичным. В остальном если деньги не теряете, то думайте: «Это хорошо, ничего страшного». Когда вопрос касается денег, в это время будьте практичным, чистое видение здесь не нужно. Все зависит от ситуации. Если вопрос стоит о том, чтобы довериться кому-то, тогда исследуйте тему, как полагается. А в противном случае если это не имеет отношения к вашим делам, тогда чистое видение – это очень хорошо. Я точно также придерживаюсь чистого видения. Я живу в Москве и езжу по разным городам, и ни одного дня у меня не было без чистого видения. Но когда касается дел, я внимательно смотрю, что к чему. Вы тоже так можете.

Если вы поступаете так, что с вашим чистым видением всех видите как даков и дакинь, то это очень хорошо, и практики тантры должны поступать именно так. Тогда вы создаете связь с даками и дакинями. Когда вы думаете: «Возможно, это даки или дакини», то вы устанавливаете хорошие отношения с этими существами. Тогда в конце вы обретаете преимущества. Очень хорошо, когда устанавливаются такие хорошие связи с живыми существами, которых вы встречаете. Тогда вы обретаете очень большие преимущества. И не портите отношения с живыми существами, особенно с даками и дакинями.

Есть один анекдот. Во времена коммунизма один учитель не верил в бога. Он сказал всем своим студентам: «Не верьте в бога. Все находится в наших руках». После этого он сказал своим ученикам: «Теперь пойдёмте на улицу» Он велел всем посмотреть на небо и сказать: «Бог, мы не верим в тебя! Ты не существуешь. Мы в тебя не верим». Ученикам было по девять лет и все они сразу закричали. Еврейский мальчик ничего не говорил. Учитель

спросил его: «А почему ты не кричишь?» Тот сказал: «Если бога нет, то зачем кричать, что бога нет? Но если бог есть, я не хочу портить с ним отношения». Даже маленькие евреи знают, что отношения очень важны. Они не хотят портить отношения. Даже восьмилетние. Это правильно. В каждом обществе есть свои хорошие и плохие качества. Я не националист. В еврейском обществе я вижу много хороших качеств. Но много слабых, нехороших тоже есть. У россиян много хороших качеств, но есть и ошибки. В тибетском обществе много хороших качеств, но и нехорошие тоже присутствуют. Сейчас я стал международным человеком. Поэтому я не могу говорить: «Эта нация хорошая». Везде есть хорошее и плохое.

Итак, очень важно иметь хорошие отношения и поэтому важно чистое видение. Поэтому постарайтесь увидеть это помещение как мандалу. А мандала – это резиденция божества. Может быть, вы видели мандалы из песка, но они не очень важны. Это символическая мандала, не настоящая мандала. Мандала – это дом божеств. Итак, мандала – это дворец божества Белой Тары и почувствуйте, что вы находитесь внутри этой мандалы. Внутри этой мандалы визуализируйте двоих божеств – две Белые Тары. Одну – главную Белую Тару и также меня визуализируйте в облике Белой Тары.

Теперь для того чтобы получить благословение Белой Тары, вам нужно принять обет прибежища. Почему в тибетской традиции перед передачей посвящений и благословений в первую очередь дают обет прибежища? Вам нужно понимать, что главный обет прибежища – это обет не вредить другим. Причина состоит в том, что благодаря получению посвящения и благословения вы обретаете определенную духовную силу. Это совершенно точно. Если мастер подлинный, тогда вы обретаете определенную духовную силу. Если мастер не подлинный, то вы ничего не получаете. Поэтому очень важно не получать посвящение сразу же без исследований. Вам нужно проводить исследование очень долгое время. Если такой духовной силой злоупотребить, то это очень опасно. Тогда можно причинить вред большому количеству живых существ. Поэтому подлинные мастера прошлых времен в первую очередь передавали своим ученикам обет не вредить ни одному живому существу. В особенности никогда не злоупотреблять духовными силами, никогда не причинять вред другим с помощью духовных сил. Это очень важно.

Если вы злоупотребляете духовными силами и с их помощью вредите другим, то вы нарушаете обет, взятый у Духовного Наставника. Поэтому очень важно в первую очередь принять обет прибежища. Далее следующая причина, по которой вы принимаете обет прибежища, состоит в том, что если вы вредите другим, то тем самым вы вредите сами себе. Все ваши проблемы возникают из-за действий причинения вреда другим, которые вы совершали и в прошлых жизнях и в этой жизни. Это главный источник ваших проблем. Поэтому если вы не хотите проблем, то вам нужно решать проблемы в самом корне. Если вы бегаеете здесь и там, то это не решает проблем в самом их корне. Это может немного облегчить ваши проблемы, но все равно будут наступать другие проблемы. Поэтому если вы по-настоящему хотите решать свои проблемы эффективно, то в первую очередь вам нужно принять обет не вредить другим. Второе – нужно очищаться от отпечатков негативной кармы, которые являются прямой причиной ваших проблем. Это два самых эффективных способа решения проблем. И это практика. Люди говорят: «Геше Ла, дайте нам практику». Для чего вам нужна новая практика? Вы думаете, что практика означает сидеть в позе медитации с закрытыми окнами и дверями. Так не надо делать. Самое главное – никому не вредить и сожалеть о той негативной карме, которую вы создали. Каждый день выполняйте определенную очистительную практику, начитывайте мантры и визуализируйте свет и нектар, который вас очищает. Тогда я вам могу сказать с уверенностью на сто процентов, что ваш ум день ото дня будет становиться все более и более счастливым и все более и более сильным. У меня нет высоких реализаций, но это я могу вам сказать, исходя из собственного опыта.

Если говорить об эффективном решении проблем, то нет метода более эффективного, чем этот. Как в шахматах. Когда вы играете и у вас есть проблемы, вы придумываете много комбинаций, ходов, но получается все хуже и хуже. Потом к вам приходит гроссмейстер и говорит: «Самый эффективный ход – это ход пешкой». Простой ход, но он решает все ваши проблемы. Если вы делаете один правильный эффективный ход, то сразу ваша шахматная позиция становится совсем другой. Обычно, что мы делаем? На пешку мы вообще не смотрим, думаем: «Это мелко». Предпочитаем ходить ферзем, конем или другими фигурами. Делаем красивый ход, но, в конце концов, все теряем. Поэтому когда я увидел, как играют гроссмейстеры, то сначала подумал: «Зачем этот ход пешкой?» Но потом я понял, что этот ход очень тонкий. Он все решает. То есть самый эффективный первый ход – это ход пешкой, а не конем или ферзем. Может быть, в вашей жизни многие люди говорят о всевозможных комбинациях при решении проблем, но все это такая шахматная игра низкого уровня. Красивая игра, но пустая, потому что нет никакого результата. Поэтому начинайте практику с простого хода. Красивых слов не надо. Вам сразу нужна тантра, шесть йог Наропы, – такие вещи тоже пустые слова. Самое эффективное – это решить: «Я с сегодняшнего дня никому вредить не буду. Это мое обещание». Это очень эффективный ход. С этим никто вам не сможет навредить, даже злой дух. Злые духи, когда вас видят, не могут вам вредить, потому что у вас есть обет: «Я никому вредить не буду. Даже они мне вредят, но я в ответ вредить не буду». Когда у вас есть такой обет, это самый лучший защитник. Вам невозможно навредить. Это закон природы. Это называется «карма» или «закон кармы». Его никто не придумал. Будда говорил: «Я не создал закон кармы. Это закон природы. Я просто его открыл». Если вы живете согласно закону кармы, то все ваши проблемы решены. Это просто – никому не вредить. Хорошая причина дает хороший результат. Плохая причина дает плохой результат. Это не так трудно. Но это очень тонкий механизм. Понять механизм полностью нелегко. Если вы обретаете все более и более глубокое понимание механизма, то у вас появляется уверенность все более и более крепкая. Когда ваш ум хорошо работает, вы понимаете, что ход гроссмейстера хоть и простой, но эффективный, вы видите весь механизм и говорите: «Это невероятно». Вроде простой ход, но он очень тонкий. Шахматист более низкого уровня ходит красиво, но если посмотреть, то это неправильная теория. В конце концов, у него возникает множество проблем, которые он не может решить. Вы говорите: «Нет, это неэффективный ход. Я не хочу так ходить».

Вы, россияне, очень хорошо играете в шахматы, но в шахматной игре вашей жизни вы не очень хороши. Поэтому я хотел бы россиянам давать учение по буддийской философии с такими примерами из шахматной игры. Тогда вы сможете понимать это учение гораздо более эффективно и быстро. Также в действительности вам нужно понимать, что шахматную игру придумал один буддийский монах. Черные фигуры – это негативные состояния ума, белые – это позитивные состояния ума. Самое важное, чтобы позитивные состояния ума – белые фигуры поставили шах и мат черным фигурам, то есть негативным состояниям ума. Когда белые ставят шах и мат черным, то это называется «нирвана». Тогда ваш ум остается только позитивным и не остается никаких негативных сил. Иногда в шахматной игре вы теряете преимущества в темпе и в этом случае даже если вы хотите что-то сделать вы не можете этого сделать. Вы знаете, что это неправильно, но не можете ничего сделать, и другие побеждают, потому что вы потеряли темп. Точно также в вашей жизни вы знаете, что важно быть добрым, честным и так далее, но вы можете сказать: «Я знаю, это хорошо, но сейчас я не могу так себя вести» и это происходит потому, что вы теряете преимущество в темпе. А с правильным дебютом, с хорошей стратегией быть добрым и честным в жизни очень легко. Я в своей жизни создал правильную стратегию. Для меня жить честно, быть добрым – еще лучше. Я не могу даже думать так: «О, сейчас мне нельзя быть добрым. Я все потеряю». Потому что в этом преимущества нет, эта стратегия неправильная. Итак, что очень важно, так это стратегия: вам нужно применять буддийскую

философию, чтобы вы могли становиться более добрыми, и вам было комфортно жить с добротой в сердце. Такая стратегия не очень проста.

А сейчас, чтобы принять обет прибежища, в первую очередь вам необходимо визуализировать двух божеств, две Белых Тары: здесь на алтаре главная Белая Тара, я также Белая Тара как помощник. И когда я буду произносить: «НАМО ГУРУБЭ, НАМО БУДДАЯ ...» и так далее, повторяйте за мной. В этот момент визуализируйте, как белый свет исходит из наших ртов и, проникая через ваш рот, остается в вашем сердце в качестве обета не вредить другим. Вам нужно обрести такую убежденность, что, причиняя вред другим, вы никогда не приобретете никаких преимуществ. «Из-за этого у меня жизнь за жизнью будут большие проблемы. Это неправильный путь. В своей жизни, с какими бы дурными условиями я ни столкнулся, я никогда никому не причиню вреда», – вам нужно дать такое обещание. Тогда вы пойдете по белому пути, по безвредному пути.

Вам нужно следовать четырем актам ненасилия. Первый – если на вас злятся, не злитесь в ответ. Это первый акт последователя Будды. Если вступаете на белый путь, то первая трудность, которая у вас возникает, это, если кто-то начинает на вас злиться, и вы злитесь на человека в ответ, то вы сходите с этого белого пути. Тогда вы идете по черному пути. Вы можете даже называть себя «буддистом», но при этом будете идти по черному пути. Если вы пойдете по черному пути, то даже если будете называть себя «буддистом», «православным», «христианином», – как бы вы ни называли себя, разницы нет, – вы пойдете по черному пути, пути принесения вреда другим. Это не духовный путь, это неправильный путь. Когда вы пойдете по белому пути, пусть вы даже не называете себя буддистом, вы по-настоящему хороший человек.

Поэтому первое – если на вас злятся, не злитесь в ответ. Второе – если вас ругают, не ругайте в ответ. Третье – если вас критикуют, не критикуйте в ответ. Четвертое – даже если вас бьют, не бейте в ответ. Это четыре акта ненасилия. Будда говорил: «Если вы хотите следовать за мной, то выполняйте эти четыре акта моих последователей». Это нелегко, но очень полезно. Итак, сегодня пообещайте, что вы не будете вредить другим. Даже если на вас будут злиться, вы не будете злиться в ответ. Это нелегко, но пообещайте и держите обещание. Сейчас у вас нет такой привычки, у вас тигриные привычки, но постепенно вы станете мягче. Потом, даже если на вас будут кричать, вы будете спокойны, будете смеяться. Вы по-настоящему станете хорошим тигром. Вам нужно усмирять себя таким образом. Когда в семье муж и жена оба находятся под влиянием омрачений, согласия не будет. Вам нужно поступать следующим образом. Когда к кому-то из супругов приходят омрачения, и он начинает злиться, то другой думает: «Он (или она) ненормальный. В нашей семье достаточно одного ненормального. Зачем двое ненормальных?» Вообще не надо отвечать. Надо думать так: «О, она стала ненормальной. Омрачения делают ее ненормальной». Ничего не отвечайте на ее замечания. Потом ей будет стыдно. Когда муж злится, жена думает: «Он ненормальный из-за омрачений. Он сам себе делает плохо». Не отвечайте. Потом ему будет стыдно. Поэтому, зачем злиться в ответ? Один человек болеет туберкулезом. Он кашляет. Если вы в ответ будете кашлять, то это неправильно. Думайте так: «Жалко. Он кашляет. Это болезнь». Вы не кашляйте в ответ.

Итак, очень важно так поступать, и если вы будете следовать этому моему совету, то в первую очередь в вашей семье перестанут разгораться конфликты. Это будет невозможно. В вашей семье конфликты будут невозможны, потому что никто из вас двоих не будет отвечать другому. Если вы хлопните двумя руками, то получится звук. Если одной рукой хлопните, то звук невозможен. Когда муж так делает, жена молча сидит. Когда жена так делает, муж молча сидит. Звука нет. Иногда муж сходит с ума и так делает, но жена не отвечает. Иногда жена сходит с ума и так делает, но муж говорит: «Нет-нет, мы по очереди

будем сходить с ума, вместе мы сходить с ума не будем». Так думайте. Лучше по очереди сходите с ума, но вместе сходить с ума не надо, потому, что это скандал. Потом вы все меньше будете злиться, а потом вообще перестанете злиться. Когда вы не можете злиться, какое это счастье!

Итак, соедините руки. Дайте такое обещание. И это ваша практика, ваша тренировка. Практика – это не обязательно все двери и окна закрыть, два часа сидеть в строгой позе, так тренироваться – это не практика.

Один человек, который не знает философии, сидит, медитирует. Другой человек заходит и спрашивает его: «Чем ты занимаешься?» Тот отвечает: «Не мешай мне. Я медитирую на терпение». Другой человек говорит: «Ну, если ты медитируешь на терпение, съешь дерьмо». Тот отвечает: «Сам ешь. Я не буду». Второй человек спрашивает: «Ну, где же твое терпение?» А другой ему: «Уходи, не мешай мне. Я хочу практиковать терпение». Когда никто вам не мешает, тогда легко практиковать терпение. Когда вам мешают, и вы не злитесь – это терпение. Когда тихо, никто плохого не говорит, вы говорите: «Я терпеливый». Но даже кошка так может. Если кошку не трогать, она тоже терпеливо сидит. Даже собака может. Все могут. Даже дикое животное, когда его не трогают в теплом месте, оно спокойно сидит. Но это не терпение. Терпение – это когда злятся, прогоняют из теплого места. Вот в это время, когда на вас злятся, а вы не злитесь, это терпение.

Итак, пообещайте, что вы будете терпеливыми. Возможно все. Свой самый первый обет я принял от Его Святейшества Далай-ламы – это обет прибежища, обет не вредить. Я его держал. Это моя практика. Потом на улице в любой ситуации я старался не злиться в ответ. Один раз так сделал, второй раз, а потом ум становится сильным. Это практика. Я понял, что это практика. В нашем тибетском обществе думают, что нужно обязательно читать толстые тексты тантрических садхан, мантры, и после этого божества дают благословение. Это ошибка тибетцев. Что-то читают, читают, колокольчиком звонят, утром сами не спят, и другим спать не дают. Такие монахи тоже есть. Это неправильно. Во имя буддизма вредить другим – это позор, так нельзя. Каждый день никому не вредите. Делайте свой ум чистым. Думайте, что все хотят счастья. Зачем вам злиться? Скажите себе: «Я не буду злиться в ответ». К людям, которые злятся, вы в ответ почувствуйте: «Жалко, что у нее (или у него) такой тяжелый характер. Она (или он) всегда будет несчастлива. Пусть она (или он) не злится. Тогда она будет долго жить». Наука тоже говорит, что главная причина болезней сердца – это гнев. Ученые тоже так говорят. Если часто злиться, то долго вы жить не будете. Вот так думайте и вы вообще не будете злиться. В ответ вы будете его жалеть. Думайте так: «Пусть он не злится. Как хорошо, если он не будет злиться». Когда вы испытываете сострадание, тогда вы очень сильные. Когда вы уже не думаете об эго, о своем «я», а думаете о счастье другого человека, тогда, что бы этот человек ни говорил, у вас слова будут влетать в одно ухо и вылетать из другого. Вы будете думать лишь о том, что бы со своей стороны сделать, чтобы этот человек меньше злился. Когда вы так думаете, слова вообще не причиняют вам боли. Это я вам говорю, исходя из своего опыта. Это возможно. Вначале, когда я услышал такое учение, я подумал, что для человека это вообще невозможно. Это возможно только если это не человек. Я так думал.

Но для человека такое возможно. Если мы тренируемся, то все возможно. Посмотрите на спортсменов, на детей, которые тренируются. Например, на коньках люди могут проделывать очень сложные элементы, и, тем не менее, посредством тренировки всему этому мы сможем научиться. В силу тренировки наше тело может бегать и прыгать как угодно. Но тело не очень гибкое. А ум невероятно гибкий. Если ум тренировать, то он может делать невероятные чудеса. Тело не может совершать чудеса. Дигнага говорил о том, что, сколько бы вы ни тренировали свое тело, у этого будет существовать определенный

лимит, и вы не сможете превысить этот лимит. Сколько бы вы ни тренировали тело, у него есть ограничения. Дальше этого вы не можете продвинуться. Но наш ум невероятен! У ума невероятный потенциал – у него нет границ. Он может продвинуться за границы, может развиваться бесконечно. Тогда почему этим не пользоваться? Качества ума будут с вами жизнь за жизнью. Качества тела ненадежны, вы их потеряете. Если вы тренируетесь, то становитесь красивыми, но потом через двадцать-тридцать лет все деградирует. Если же вы тренируете ум, то он через миллионы и даже через миллиарды лет пойдет вместе с вами, потому что это надежный объект. Будьте немного умнее и занимайтесь тренировкой ума. Если вы не будете злиться, то для вас в этом большие преимущества, а для того человека это может не иметь никакого значения. Для него это небольшое преимущество, потому что вы не отвечаете. Но вы обладаете очень большим преимуществом. А когда вы отвечаете с гневом, вот тогда в своей жизни вы допускаете очень большую ошибку. Тогда жизнь за жизнью вы будете сожалеть об этом.

А теперь соедините руки. Сейчас у вас появилась убежденность в этом. Сейчас, когда я буду произносить: «НАМО ГУРУБЭ, НАМО БУДДАЯ, НАМО ДХАРМАЯ, НАМО САНГХАЯ», повторяйте за мной и визуализируйте, как белый свет исходит из рта Белой Тары на алтаре, из моего рта и проникает через ваш рот и остается в вашем сердце в виде обета прибежища, обета не вредить другим. Так, с сильной верой, с чистой мотивацией думайте: «Я принимаю этот обет, чтобы стать источником счастья для всех живых существ».

Итак, для того чтобы получить благословение Белой Тары одного лишь обета прибежища недостаточно, вам также нужно принять обет бодхичитты – это причина вашего счастья. Принимая обет не вредить другим, вы закрываете двери своим страданиям. Если вы хотите счастья, то вам нужно создавать причины счастья. Причины счастья – это когда вы делаете что-то хорошее для других. И в вашей жизни это очень важно. Поэтому с сильными любовью и состраданием примите сегодня обет помощи другим. И куда бы вы ни отправились, везде желайте живым существам счастья. Препятствие к вашему добродушию – это ваш эгоизм. Итак, уменьшите свой эгоизм. Не говорите: «Я, я, я. Я самый главный». Это источник всех негативных состояний ума. В настоящий момент вы не можете сказать, что другие важнее, чем вы. Вы не сможете так подумать, что другие важнее, чем вы. Поэтому в настоящий момент вам важен срединный путь. В действительности есть очень хорошее основание считать, что другие важнее, чем вы, но в настоящий момент для вас нужно следовать срединному пути – думать, что я и другие одинаково важны. Мы все хотим счастья и не хотим страдать. У нас у всех одинаковые чувства. И куда бы вы ни отправились, нигде не думайте: «Я самый главный», а думайте: «Я и другие одинаково важны».

Если вы думаете, что другие важнее, чем вы, что вы не самый главный: «Самое главное, чтобы другие люди были счастливы. Они – большинство, а я один». Если вы так думаете, то тогда это самый святой ум. Я говорю о такой стратегии. И если у вас есть такая стратегия, что все другие важнее, чем вы, то вы обретаете ясное понимание этого. Тогда быть добрым для вас очень легко. А быть недобрым для вас будет очень трудно, благодаря такой стратегии. Если вы думаете: «Я самый главный», тогда вы теряете преимущество в темпе. Тогда вам приходится использовать свои негативные состояния ума, чтобы держать это «я» как самое главное. И вы становитесь несчастливой, это неправильная стратегия.

Итак, первая очень важная стратегия – это считать, что я и другие одинаково важны. Когда вы просыпаетесь, автоматически у вас возникает представление, что «я» – самый главный. Скажите себе в этот момент: «Нет-нет-нет. Я и другие одинаково важны». Вы думаете, что вы самый главный. Какая для этого есть основа? Все одинаково хотят счастья и не хотят страдать, все одинаково чувствуют. Какая основа есть для вашего представления, что вы

самый главный? Какие в вас есть особые вещи? Надо ругать себя: «Нет, это неправильно, все одинаково важны. В моей семье все одинаково важны». Тогда в вашей семье будет настоящая демократия. Сейчас в семьях демократии нет, а есть диктатура. Сейчас в семьях не один диктатор, а много. Папа диктатор. Мама тоже диктатор. Сын тоже диктатор. Дочь тоже диктатор. Все четверо думают: «Я самый главный». Мама думает: «Я самая главная». Дочь думает: «Нет, я самая главная». Сын думает: «Нет. Я тоже самый главный». Четыре диктатора на одну семью. Как может в такой семье быть счастье? Там нет никакой демократии.

Демократия – это когда большинство самое главное. Как в такой стране может установиться чистая демократическая система, если даже в семье у человека нет чистой демократии? Сначала каждый человек в своей семье строит настоящую демократию, а потом в городе Ростове можно построить демократию. Мэр города думает: «Я не самый главный. Все ростовчане одинаково важны». Тогда будет настоящая демократия. Потом наш президент Владимир Путин говорит: «Да-да, я не самый главный. Народ самый главный. Государство существует ради народа. Народ выбирает государство». Вот это демократия. Эту философию придумал мудрый человек. Политическая наука – это очень чистая система, которую люди искажают, а потом думают, что политика плоха. На самом деле, политика очень важна. Не думайте, что политика – это плохо. Благодаря политике у нас есть определенный покой. Я могу приезжать сюда к вам. Вы получаете учение. И все это создано с помощью политики, политической системы. Там есть ошибки, но сама чистая политическая система очень важна.

Когда я изучал политологию, у меня иногда появлялась мысль, что это необычные люди, это святые люди. Они создали такую систему, чтобы люди жили в гармонии, уважали друг друга. Большинство важно – такую систему создали, но потом люди неправильно стали этим пользоваться. Далай-лама говорит, что коммунистическая марксистская теория – очень хорошая теория, в ней говорится, что личность – не главное, а общество – самое главное. Когда воду льют на корень, то листья будут зелеными, будет достаточно фруктов для всех. Зачем надо считать, что это мой фрукт? Когда на деревьях есть достаточно фруктов, все смогут их есть, и все будут довольны. Заботьтесь о корне дерева и все получают достаточно фруктов. Зачем надо думать, что какой-то ваш собственный фрукт надо сохранить? Когда вы храните фрукты, они портятся. Зачем нужно иметь что-то личное? Пусть все будет общее. В чистой земле есть такая система. В чистой земле нет чего-то моего, или твоего, там все наше. Дом – наш дом. Одежда – наша одежда. Но люди неправильно поняли эту систему. Коммунистическая теория неправильно применялась, и из-за этого возникли проблемы. В прошлые времена коммунистические лидеры говорили, что все должно быть одинаковое, равное. Что они сделали? Они всех сделали равно бедными. Это неправильно. Равенство означает, что все должны быть равно богатыми. Это настоящий коммунизм. Так я сейчас вам говорю об одном очень важном принципе и стратегии. Каждый день сохраняйте эту стратегию, думайте так: «Я не самый главный. Мы все одинаково важны. Но в действительности другие важнее, чем я, потому что их большинство, а я один. Если я не могу думать, что другие важнее, чем я, то, как минимум, я буду думать, что я и другие, – мы одинаково важны». Это очень эффективно. Если вы подумаете, что большинство важнее, чем один человек, то это будет правдой. С такой стратегией вам будет очень удобно жить.

Все учения Будды удобны. Вам тоже нужно создать такую стратегию. Всегда боритесь с «я». Думайте, что вы и другие люди одинаково важны. Если ваше эго не доминирует, то это такая свобода, такое счастье! Когда вы пойдете на улицу, какую бы одежду вы ни надели, разницы нет. Если хорошую одежду надеваете, то не будете высокомерным, а если простую одежду наденете, то не будете думать: «Я всегда одну и ту же одежду ношу. Люди на меня смотрят сверху вниз». Такой мысли у вас не возникнет. Вы свободны от такой мирской

мысли. А самое главное – все должны быть счастливы. Поэтому тибетские йогини, когда выходят на улицу, очень странно одеваются, – их ум свободен от всего, что люди подумают. Они счастливы, потому что у них нет эго. Когда есть эго, если вы один и тот же хороший костюм надеваете, то думаете: «Я всегда один и тот же хороший костюм надеваю. Люди будут думать, что у меня только один хороший костюм. Мне нужно два или три костюма. Три костюма тоже мало. Мне нужно четыре. Каждый день надо менять костюмы». А потом вам и четырех мало. Некоторые говорят: «Я этот костюм на прошлой неделе надевал. Сейчас мне надо другой, новый костюм, потому что люди будут думать, что я каждую неделю надеваю одинаковые костюмы». Этому нет конца. Тогда вам нужен большой дом, в котором будет только одежда. Это все из-за неправильной стратегии. С самого начала так не думайте. Что надеваете или не надеваете, разницы нет – все это эго. Вы стали слугой эго.

А сейчас соедините руки и пообещайте, что не будете думать: «Я самый главный». Вы будете думать: «Если это возможно, то я буду стараться думать, что другие важнее, чем я. Но, как минимум, я буду думать, что я и другие одинаково важны. Я буду делать что-то хорошее для всех. И для меня это будет хорошо и для других это будет тоже хорошо». Итак, это ваше обещание. И это называется «доброта». Обещайте, что все время будете оставаться такими добрыми. И подумайте: «Пусть, благодаря такой доброте, я достигну состояния будды ради блага всех живых существ! Я никогда не оставлю такой оптимистичный ум – желания достичь состояния будды ради блага всех живых существ». Будда – это не что-то абстрактное. Состояние будды – это, когда вы реализуете весь потенциал своего ума, устраните все ограничения, чтобы на практике стать источником счастья для всех живых существ. Где бы живым существам ни нужна была помощь, вы можете оказаться там. Если вы не реализуете весь свой потенциал, то вы не сможете там появиться. Итак, никогда не отказывайтесь, никогда не оставляйте такой оптимистичный ум, который называется «бодхичитта». Нет альтруистического ума выше, чем этот. И нет оптимистичного ума более высокого, чем этот. Нет более драгоценного ума, чем этот. И нет такого источника счастья для вас и для других более высокого, чем этот. Итак, сегодня вы порождаете такое состояние ума – бодхичитту. И принимаете обет бодхичитты. Помолитесь: «Пусть я стану источником счастья для всех живых существ из жизни в жизнь». В результате вы будете самыми счастливыми людьми. В результате такой молитвы даже если вы будете обращаться к божествам, буддам и говорить: «Ничего для меня не делайте», они все равно будут делать для вас все. Вы автоматически обретете это, благодаря такому чистому состоянию ума. С эгоистичным состоянием ума, даже если вы просите, и божества пытаются вам чем-то помочь, но вы ничего не получаете.

Один человек с эгоистичным умом просил у божества богатство: «Дай мне золото. Дай мне богатство». Он всегда просил, просил, и божество дало ему золото, бросило на колени. Но когда золото попало на его колени, оно превратилось в камень. Золото стало камнем, потому что у него не было кармы получить золото. Божество даже дало ему золото, но из-за эгоистичного ума этого человека в его руках золото стало камнем. Когда ваш ум неправильный, и в нем есть много отпечатков негативной кармы, то божество ничего не может сделать. А когда у вас добрый ум, то даже если вы говорите: «Для меня ничего не надо делать», то получаете хороший результат.

А сейчас соедините руки. Сегодня я раскрыл вам очень важный стратегический момент. Если вы знаете философию, то поймете, что это нечто особенное. А теперь соедините руки. Это не мое учение. Это для вас учение Тары. Каждый раз я приглашаю божество. В это время, когда я даю учение, у меня тоже глаза открываются. Здесь то, что я сегодня сказал, для меня самого это новые вещи. У меня глаза открываются. Я подумал: «Эту мудрость, это учение даю не я. Это Тара дает. Потому что для меня это тоже очень полезно». Итак, соедините руки и повторите за мной.

Даже просто эти два обета – для вас это очень мощное благословение. Это просто феноменально меняет ваш образ мышления. А теперь обратимся с просьбой о даровании благословения тела. Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте Белую Тару на алтаре и меня в облике Белой Тары. Из нашей области лба исходят белые лучи света и нектара и наполняют ваше тело, очищают большое количество негативной кармы, созданной вашим телом, благословляют ваше тело и закладывают семя тела Будды в вашем уме. Для того чтобы очиститься от отпечатков негативной кармы, которые являются прямой причиной ваших страданий, самый первый важный фактор – это сожаление. Очень важно сожалеть о негативной карме, созданной вашим телом. Второе противоядие – это опора на божество. Положитесь на божество, на Белую Тару, обратитесь с просьбой: «Пожалуйста, помогите мне очиститься от отпечатков негативной кармы, созданных моим телом, которые являются прямыми причинами моих проблем». Третье – это правильная визуализация. А четвертое – это решимость больше такого не повторять. Если присутствуют эти четыре фактора, четыре противоядия, то нет такой негативной кармы, которую вы не смогли бы очистить. Также этот свет и нектар устраняет ваши болезни и всевозможные препятствия. Если вредоносные духи как-то стараются вам навредить, то он очищает все это. Итак, выполняйте такую визуализацию. Сейчас очень важный момент, поэтому визуализируйте, как следует.

Далее просьба о благословении речи. Когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте Белую Тару на алтаре и меня в облике Белой Тары. Из нашей области горла исходят красный свет и нектар и наполняют ваше тело, очищая большое количество негативной кармы, созданной вашей речью. Также они благословляют вашу речь и оставляют семя речи Будды в вашем уме. А наша речь всегда очень активна и мы создали очень много негативной кармы. Мы делали это в прошлом и делаем это в настоящем. Главная причина, по которой вы создаете негативную карму речи, состоит в том, что вы думаете: «Я самый главный». Чтобы защитить себя как самого главного, вы создаете негативную карму речи. Вы думаете: «Они такие-сякие. Только я самый хороший». Если вы начнете думать и говорить: «Я не самый главный», то автоматически негативной кармы речи у вас станет меньше. Если вы будете думать, что другие важнее, чем вы, то вы будете очень рады говорить что-то хорошее о других. «Он такой хороший. Все хорошие. Кто самый худший? Я самый худший. Остальные все хорошие. Они так говорят, что они самые худшие, но по-настоящему они самые лучшие». А теперь соедините руки.

Сейчас просьба о благословении ума. Когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте Белую Тару на алтаре и меня в облике Белой Тары. Из нашей области сердца исходят синий свет и нектар, наполняют ваше тело и очищают от большого количества негативной кармы, созданной вашим умом. А также благословляют ваш ум и оставляют в вашем уме семя ума Будды. Далее, поскольку Тара – это божество активности, в конце загадайте одно мирское желание. Тара говорит, что тем, кто на меня полагается, я помогу осуществить даже мирские желания. Итак, вначале пожалейте о негативной карме, созданной вашим умом, проведите очищение негативной кармы ума, а затем в конце загадайте мирское желание. Чем сильнее вы проведете очищение от негативной кармы, тем легче вам будет осуществить то желание, которое у вас есть. А что является препятствием, из-за которого вы не получаете то, чего хотите? Это большое количество отпечатков негативной кармы. Когда они проявляются, то позитивной карме проявиться уже очень трудно. А сейчас выполняйте визуализацию. Я молюсь о том, чтобы ваше желание осуществилось как можно скорее. А когда ваше желание осуществится, то хороший результат используйте ради счастья всех, а не только ради своего счастья.

Далее просьба о благословении тела, речи и ума вместе. Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте Белую Тару на алтаре и меня в облике Белой Тары. Из наших трех областей: лба, горла и сердца одновременно исходят белые, красные и синие лучи света с нектаром и наполняют ваше тело, очищают большое количество негативной кармы, созданной вашими телом, речью и умом и передают благословение тела, речи и ума. Это последнее благословение. Визуализируйте, как следует. Итак, благословение окончено.

В качестве благодарности за дарование благословения вам нужно принять обет не употреблять алкоголь. Я говорил о том, что мне не нужна плата за мое учение, то есть обычная обывательская плата в виде денег. Но я прошу вас о такой плате как принятие обета не употреблять алкоголь. Об этом я прошу вас. В России одна из самых главных бед – это алкоголь. Вам нужно принять обет не употреблять алкоголь и не только ради собственного хорошего здоровья, но также, чтобы продемонстрировать хороший пример другим. У людей все еще сохраняется «обезьяний» характер. Если старшее поколение пьет алкоголь, то молодое поколение берет с них пример и тоже начинает пить алкоголь. Ошибка состоит в том, что наши предки пили алкоголь и поэтому сейчас люди также пьют алкоголь. Если и вы будете пить, то вы будете подавать плохой пример новому поколению. Поэтому чтобы помочь другим и чтобы помочь вам самим, пожалуйста, примите такой обет не употреблять алкоголь. Я знаю, что некоторые из вас говорят, что вы пьете лишь немного и поэтому это не страшно, и не стоит принимать такого обета. Но в действительности так по чуть-чуть вы можете пить раз за разом и постепенно стать алкоголиком. Если говорить о яде, то даже немного яда нехорошо для здоровья. Если вы принимаете обет, то это очень хорошо, поскольку вы обретаєте очень большие преимущества от этого. Поэтому я прошу вас всех, пожалуйста, примите такой обет не принимать алкоголь.

Я знаю, что здесь вы не принимаете наркотики, но, тем не менее, примите также и такой обет, что вы не будете даже прикасаться к наркотикам. Продавать наркотики или принимать наркотики – это очень плохо, очень опасно. Хотя вы этого не делаете, но, тем не менее, обещайте, что и дальше не будете этого делать. Таковы два ваших обета. Итак, визуализируйте здесь две Белые Тары, над моей головой Его Святейшество Далай-лама в облике Будды Шакьямуни, окруженный большим количеством божеств. Когда я буду произносить тибетские слова, произносите их за мной. Эти слова означают: «Будды и божества, пожалуйста, послушайте меня. Я по имени такой-то и такой-то принимаю обет не употреблять алкоголь и наркотики и буду держать этот обет в чистоте». Когда вы повторите это за мной трижды, и когда я щелкну пальцами, тогда изо рта Белой Тары на алтаре, из моего рта, изо рта Будды над моей головой, исходит белый свет и проникает через ваш рот и остается в вашем сердце в качестве обета не употреблять алкоголь и наркотики. Кто бы ни пришел к вам домой в гости, не угощайте этого человека алкоголем. Угощайте чаем, вкусной пищей. Если это возможно, то не наливайте алкоголя, но если действительно сильно разозлятся, тогда можете немного налить, но сами не пейте. Теперь соедините руки и с высоким воодушевлением повторяйте за мной, и повторяйте за мной громко. Не думайте, что если будете повторять за мной тихо, то примете маленький обет. Итак, воодушевление очень важно. Главное, что бы вы ни делали хорошего, вы должны делать это с высокой силой духа, без всяких сомнений. А если вы делаете что-то нехорошее, то вам не нужно это делать с воодушевлением, вам нужно сомневаться в этом. А теперь соедините руки и повторяйте за мной.

Большое вам спасибо за принятие такого обета. Сейчас вы как дикие тигры или тигрицы, которых я связал веревками, чтобы вы не слишком прыгали. Но эти веревки не слишком крепки. Я знаю, что вы их быстро порвете. Если вы оставляете эти веревки и не рвете долгое время, то это будет хорошо.

А сейчас передача мантр. Сила мантры зависит в первую очередь от передачи. Если у вас нет передачи мантры, то, сколько бы вы ни начитывали мантр, они не будут иметь силы. Далее второй фактор для силы мантры – это доброе состояние ума. Если у вас нет доброго состояния ума, то, сколько бы вы ни начитывали мантр, даже если у вас есть передача, эти мантры не будут иметь силы. И также, даже если у вас есть передача, даже если у вас есть доброе состояние ума, но при этом вы начитываете мантры, а ваш ум блуждает здесь и там, то в этом случае мантры тоже не имеют силы. Далее четвертый фактор. Даже если ваш ум не блуждает здесь и там, даже если у вас есть передача мантры и даже если вы сохраняете доброе состояние ума, но при этом у вас нет веры в силу мантры, то в этом случае мантры не будут иметь силы. Четвертый фактор – это вера в силу тантры, в силу духовной практики, эта вера очень важна. И если у вас есть вера и присутствуют эти четыре фактора, то в этом случае могут происходить чудеса. Такое происходило в прошлом, а в наши дни такого не происходит, потому что если люди начитывают мантры, то в первую очередь у них нет передачи. Даже если есть передача, то они недостаточно добрые. Даже если они добрые, но когда они начитывают мантры, их ум блуждает здесь и там, они не могут сосредоточиться. Даже если они могут сосредоточиться, у них может не быть самого главного фактора – это веры в силу тантры, в силу мантры. Итак, вера очень важна.

Это означает два вида веры. Одна вера – это слепая вера, а другая вера – это вера, основанная на ясном понимании. В действительности самая лучшая вера – это вера, основанная на ясном понимании. Если у вас нет такой веры, то слепая вера тоже очень важна и полезна. Слепая вера не означает, что она совсем слепая. Например, почему мы принимаем лекарство, когда заболеваем? Вы не знаете всех подробностей в отношении лекарств, что это за лекарства. Вы не знаете, как они помогают. Вы просто верите. Это тоже слепая вера. Вы говорите: «Это ученые их создали, поэтому они полезны», и вы принимаете лекарство. Поэтому когда вы принимаете лекарство, вера тоже есть. Если вы верите в лекарство, то даже доктора говорят, что благодаря этому лекарство становится более эффективным. Когда человек не верит в точно такое же лекарство, все его тело закрыто. Лекарство не дает эффекта. Также если врач не верит в лекарство, то он не может вас лечить. Мы не можем всех областей понимать во всех подробностях, поэтому в некоторых случаях иметь веру, основываясь на здравомыслии, в этом нет ничего опасного. Я тоже принимаю европейские лекарства – это слепая вера. Но я знаю, что здесь есть система. Я знаю, что все европейские лекарства не такие хорошие, но все равно это лучше, чем совсем не принимать лекарства. Поэтому, когда я болею, я их принимаю, но я стараюсь принимать минимальное количество лекарств. А у Дхармы нет никаких побочных эффектов. В это вы можете иметь веру на сто процентов. Итак, если присутствуют эти четыре фактора, то невозможно, чтобы вы не получили силу мантр. В Тибете йогины извлекали невероятную силу из мантр. Есть истории о многих йогинах, когда у людей появлялись неизлечимые раны и язвы на руке. Но йогин начитывал какую-то мантру, дул на эту язву и все это проходило.

А сейчас первое – это мантра Белой Тары для долгой жизни. Итак, визуализируйте, что мантра белого цвета исходит изо рта Белой Тары на алтаре, из моего рта и, проникая через ваш рот, остается в вашем сердце в качестве передачи мантры. И с этого момента, начиная с сегодняшнего дня, каждый день начитывайте какое-то количество мантр. В это время не позволяйте уму блуждать здесь и там. И также с сильной верой в силу мантры читайте мантру. Тогда день ото дня вы будете становиться совершенно другим человеком. Не читайте мантры как попугаи, потому что ваш ум везде блуждает где-то. А теперь повторяйте за мной:

ОМ ТАРЕ ТУТТАРЕ ТУРЕ МАМА АЮР ПУНЬЕ ДЖНЯНА ПУШТИМ КУРУЕ СОХА.

Мантра Зеленой Тары для успеха в вашей жизни:

ОМ ТАРЕ ТУТТАРЕ ТУРЕ СОХА.

Мантра Авалокитешвары для увеличения вашей доброты и заслуг:

ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ.

Чаще всего читайте эту мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ.

А теперь мантра Манджушри для возрастания вашей мудрости:

ОМ АРА ПА ЦА НА ДИ.

Мантра Ваджрапани для силы. Когда в вашей жизни бывает так: что бы вы ни делали, вы не можете получить желаемого, в этот момент не падайте духом, а читайте мантру Ваджрапани:

ОМ ВАДЖРАПАНИ ХУМ ПЭ.

Мантра Будды Медицины для здоровья вашего тела:

ТАДЪЯТА ОМ БЕГАНЗЕ БЕГАНЗЕ МАХА БЕГАНЗЕ РАНЗА САМУД ГАТЕ СОХА.

Читайте мантру, дуйте после этого на те лекарства, которые вы принимаете или даже на простую воду, и тогда вода будет становиться нектаром.

Мантра Будды Шакьямуни:

ОМ МУНИ МУНИ МАХА МУНИЕ СОХА.

Мантра Ламы Цонкапы:

МИГМЕ ДЗЕВЕ ТЕРЧЕН ЧЕНРЕЗИГ
ДИМЕ КЕНБЕ ВАНГБО ДЖАМПЕЛЯН
ГАНЧЕН КЕНБЕ ДЗУГЕН ЦОНКАПА
ЛОБСАН ДАГПЕ ЦАВЛА СОЛВА ДЕБ.

Мантра Его Святейшества Далай-ламы:

ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДАРА ВАГИНДРА СУМАТИ ШАСАНА ДАРА САМУНДРА
ШРИБХАДРА САРВА СИДДХИ ХУМ ХУМ.

Сегодня вечером я уезжаю. Увидимся с вами в следующий раз осенью. Если у вас есть время, приезжайте на Байкал в конце июля. Байкальский Медитационный Центр принадлежит всем ученикам. Вам всем добро пожаловать! Если вы получаете учение интенсивно, то выполнять практику вместе в коллективе более эффективно. Итак, всем вам добро пожаловать! Если вы не сможете приехать, то не страшно. Я к вам приеду в середине октября. Итак, до нашей встречи не нарушайте обеты, соблюдайте обеты, держите их в чистоте. Но даже если вы их нарушите, не страшно. Я приеду и передам вам обеты снова. Самое важное в вашей жизни – быть добрыми и быть счастливыми. Нет ничего дурного в том, чтобы быть счастливыми. Если вы счастливы, то позитивное состояние ума вам развить

гораздо легче. Я сейчас говорю не о мирском счастье. Если говорить о мирском счастье, которое получают из употребления алкоголя и так далее, то это нехорошо. Когда я говорю о счастье, то я имею в виду, когда ум начинает думать более правильно и порождаются более здоровые мысли, тогда ум остается в состоянии покоя. Это счастье. Когда у вас здоровые мысли, вы сразу будете счастливыми. Когда вы начинаете думать неправильно, у вас сразу меняется выражение лица, вы становитесь несчастливыми. Поэтому, что мешает вашему счастью? Это негативное состояние вашего ума. Не пускайте его в свой ум. А также радуйте других людей. Самый лучший способ сделать счастливыми других – это помочь породить позитивные состояния ума. Не обращайтесь к буддистам, помогите стать добрыми людьми. Я хотел бы от своих учеников, чтобы они поступали так. Не ведите себя как миссионеры, которые зазывают других: «Давайте становитесь буддистами!» Это неправильно. Не толкайте других на это, так вы можете навредить другим. Позвольте им решать самим. А самое лучшее, что вы можете сделать – это каждый раз, когда вы с ними разговариваете, говорите что-то такое, чтобы они стали добрее. В первую очередь вы сами будьте добрыми, делайте что-нибудь хорошее для них. Тогда они с радостью будут слушать вас. И тогда говорите что-то такое, чтобы они стали более добрыми. Это ваша практика.

Итак, я говорю вам: «Будьте счастливы и делайте счастливыми других». Это не означает, что нужно давать другим деньги или водку. Когда вы думаете, что порадовать других можно только поделившись с ними деньгами или водкой, то это неправильно. Если им действительно это нужно, то иногда вы можете поделиться деньгами.

А сейчас, когда я поставлю тормоз на голову Андрею, в этот момент визуализируйте, как Белая Тара размером с большой палец вашей руки через макушку по центральному каналу опускается к вам в сердце, в сердечную чакру, где у вас появляется трон из цветка лотоса и лунного диска. С этого момента Тара остается на этом троне, и ваше тело становится храмом, в котором находится живая статуя.