

Итак, как обычно, вначале породите правильную мотивацию. В любой области порождение правильной мотивации очень важно. Мотивация означает, что вы прикладываете свои усилия в правильном направлении. Сколько бы усилий вы ни прикладывали, если вы прикладываете их в ложном направлении, то эти усилия не принесут вам пользы. Что бы вы ни делали: вы можете медитировать, получать учение, получать благословение или заниматься духовной практикой, в любом случае вначале породить правильную мотивацию – это самое важное. Тогда вся ваша практика, чем бы вы ни занимались, становится значимой. При этом различают два вида мотивации – это мотивация, которую вам следует развить и мотивация, которую вам следует отбросить, и начать вам нужно с того, чтобы устранить неправильную мотивацию. Если вы не устраните неправильную мотивацию, то породить правильную мотивацию будет еще труднее. Тогда получение благословения или учения не будет для вас эффективно.

Что касается неправильной мотивации, то можно говорить о трех разных уровнях неправильной мотивации. Самая худшая неправильная мотивация – это мотивация кому-то отомстить, кому-то навредить. Если с такой мотивацией вы получаете благословение Белой Тары, то это самое неправильное. Но я знаю, что такой мотивации у вас нет. Вы пришли сюда не для того, чтобы кому-то отомстить. Далее, второй уровень неправильной мотивации – это ради славы, репутации, ради временного счастья. Если вы получаете благословение с такой мотивацией, то это тоже неправильная мотивация. Далее, третий уровень неправильной мотивации (третья мотивация, которую вам следует устранить) – это нейтральная мотивация. Нейтральная мотивация ничего вам не приносит. Когда вы просто сидите здесь и не испытываете никаких чувств, просто сидите с нейтральной мотивацией, то это не приносит пользы. Это все равно, что спать – это нейтральная мотивация. Это те три момента, которые в первую очередь вам нужно устранить.

А теперь порождение правильной мотивации. Мы также можем говорить о порождении трех уровней правильной мотивации. Первый уровень правильной мотивации – это забота о счастье будущей жизни. Как минимум, если вы получаете благословение ради счастья будущей жизни, то счастье в этой жизни придет к вам само собой. Думайте так: «На сто процентов однажды я умру, и смерть может наступить в любой момент. Я к ней ничего не подготовил. И сегодня я получаю это благословение Белой Тары в качестве подготовки к смерти». Это самая лучшая подготовка. То благословение, которое вы сегодня здесь получаете, вы сможете забрать с собой в следующую жизнь. И это первый уровень правильной мотивации.

Далее, второй уровень правильной мотивации – думайте так: «Чтобы обрести совершенно здоровое состояние ума – с этой целью сегодня я получаю благословение Белой Тары. Если мой ум страдает от болезни омрачений, то это природа страдания. Поэтому, чтобы решить свои проблемы полностью, бесконечным фактором для этого является достижение состояния освобождения – это ум, полностью свободный от омрачений. И поэтому, чтобы достичь такого состояния ума – полной свободы от омрачений, сегодня я получаю благословение Белой Тары и прошу: “Тара, пожалуйста, защищайте меня жизнь за жизнью до тех пор, пока я не обрету ум, полностью свободный от омрачений”». Это второй уровень мотивации. Такая мотивация у вас будет порождаться все с большей и большей силой по мере того, как вы все глубже и глубже обрываете понимание четырех благородных истин. Сколько бы вы ни проводили анализ, в конце концов, вы приходите к тому, что самый лучший метод обретения счастья и решения проблем – это сделать свой ум безупречно здоровым. В конце концов, вы придете к этому положению. В настоящий момент наш ум так и не может понять, насколько важным это является. Мы думаем, что что-то другое важнее, чем это. Например, когда я играл в шахматы, я думал, что на каком-то этапе определенный ход является самым лучшим, например, что самый лучший ход – это ход конем, поскольку

он самый привлекательный. Потому что я не мог проанализировать ситуацию на много ходов вперед. Я мог спрогнозировать только пять ходов, а гроссмейстер увидел бы, что это неправильный ход, потому что он видит то, что может произойти через десять ходов – он видит, что там могут возникнуть проблемы. Таким образом, гроссмейстер скажет в этой ситуации, что самый лучший ход – это ход пешкой, а не конем. Ход пешкой на первый взгляд выглядит не эффективным, но, в конце концов, если посмотреть со всех сторон, то ход пешкой – это самый сильный ход. Точно также, когда вы думаете: «Наверное, это важнее, то важнее», то полностью здоровое состояние ума выглядит не таким важным. Но посмотрите, что будет дальше и дальше, и тогда вы будете знать, что здоровый ум – это самое главное.

Я расскажу вам один анекдот. Человек лежал под банановым деревом на пляже и ел банан. Тут к нему подошел один крутой американский бизнесмен и спросил: «Зачем ты впустую тратишь свое время?» Человек спросил: «А что же мне нужно делать?» Бизнесмен сказал: «Вокруг так много бананов. Собери их и продай». Человек спросил: «А что произойдет дальше?» – «Дальше у тебя появятся деньги. Ты сможешь нанять машину, нанять больше рабочих, собрать больше бананов и больше продать». Человек спросил: «И что будет дальше?» Бизнесмен сказал: «Ну, тогда ты сможешь спокойно лежать под банановой пальмой, есть банан и отдыхать». Человек сказал: «Но это именно то, что я сейчас и делаю!» Все мирские советы такие, что если спросить: «А что дальше?» – ответ будет такой: «В конце ты будешь отдыхать, спокойно лежать!» Посмотрите – люди в Европе работают, работают, и если вы спросите: «Почему вы так много работаете?» – то они ответят: «Потом я буду отдыхать!» Но потом они отдыхают только на кладбище в гробу. И таковы все мирские советы, у них нет глубины. В конце концов, вы видите, что до тех пор, пока ваш ум болен, кем бы вы ни стали – это природа страданий, чего бы вы ни достигли – это природа страданий. Если вы женитесь на «мисс мира», но ваш ум болен, то это природа страданий. Многие молодые люди говорят: «Нет, Геше-ла. Если я женюсь на “мисс мира”, то это счастье!» Но если на второй день я спрошу: «Ты счастлив?» – он ответит: «Нет». Наш ум мыслит очень узко. Поэтому мы думаем, что если что-то обречем, то благодаря этой вещи станем счастливыми. Даже если девушка станет «мисс мира», то на следующий день у нее возникнут новые проблемы. Многие мужчины думают: «Если у меня жена будет “мисс мира”, то я буду счастлив!» А женщины думают: «Если я стану “мисс мира”, тогда я буду счастлива». Одинаково. Потому что женщины любят свою красоту, а мужчины любят чужую красоту. Но это делает их обоих глупыми. Если вы, например, спросите у женщины: «Чего вы больше хотите – стать “мисс мира” или выйти замуж за “мистера вселенной”?» – она ответит: «Нет, я хочу стать “мисс мира”». А если вы спросите у мужчины: «Чего вы больше хотите – стать “мистером вселенной” или жениться на “мисс мира”?» – он скажет: «Я хочу жениться на “мисс мира”». Поэтому привязанность здесь разная. Но это не решает проблем. Это создает новые проблемы.

Поэтому, в конце концов, вы приходите к выводу, что с таким умом, куда бы вы ни отправились, везде вас ждет природа страданий. Один ученик сказал учителю: «Учитель, я хочу родиться в чистой земле». Учитель ответил: «С таким больным умом, как у тебя, даже в чистой земле ты счастливым не будешь. Лечись». С таким больным умом даже в чистой земле вы скажете: «Здесь слишком много зелени, слишком красиво, слишком тепло. Я не хочу быть здесь. Я хочу, чтобы был экстремальный холод или экстремальная жара». Потому что голова ненормальная. Это правда. Если ум ненормальный, то куда бы вы ни отправились, везде вы будете несчастливы. Почему в семье проблемы? Потому что у мужа или у жены ненормальный ум. Поэтому на пустом месте они создают проблемы. Еда есть, дом есть, в России у всех в холодильниках есть еда. Почему у вас проблемы? На пустом месте ненормальный ум задает вопросы: «Почему так? Почему так?» Вы задаете много ерундовых вопросов, получаете ерундовые ответы, и в результате несчастливы. Если вы

задаете ерундовый вопрос, то конечно получите ерундовый ответ. Поэтому оба становятся еще более ненормальными. Кто вас делает несчастливими? Ваш ненормальный ум. В нашем мире не так уж много проблем. Но везде люди несчастливы, и в этом виноват больной ум. Из-за больного ума вы всегда будете несчастливы. Потом вы понимаете: «Да, из-за больного ума, даже если я стану самым сильным человеком, самым богатым человеком, то счастливым не буду». Это стопроцентно. Потом вы будете знать, что самое эффективное – это здоровый ум, и вы попросите: «Тара, пожалуйста, благословите меня сделать мой ум здоровым, сделать мой ум чуть-чуть нормальным!» А пока ваш ум очень ненормальный. Когда вы сделаете свой ум чуть-чуть нормальным, тогда в вашей семье будет чуть-чуть больше гармонии. А если у вас в семье у всех полностью нормальный ум, то в вашей семье будет полная гармония. Если ваша семья несчастлива, стопроцентно знайте, что там у кого-то ненормальный ум, и он делает вашу семью несчастливой.

Итак, второй уровень мотивации: сегодня я получаю благословение для того, чтобы обрести безупречно здоровое состояние ума. Но этого также недостаточно для получения благословения Белой Тары. Потому что благословение Белой Тары происходит из тантрического учения, которое является самым сущностным учением Махаяны. Чтобы получить сущностное махаянское учение, очень важно породить махаянскую мотивацию. Что касается вас, то породить мотивацию обрести совершенно здоровый ум только для себя – это еще не махаянская мотивация. Вы думаете: «Так же, как я хочу обрести совершенно здоровый ум, также и всем другим живым существам необходим этот здоровый ум. Тогда они станут счастливыми. Потому что из-за того, что они пребывают с нездоровым умом, как они страдают! Я не могу вытерпеть этого. И я помогу им обрести безупречно здоровое состояние ума. Но для этого в настоящий момент я не могу сделать многого. Самый лучший способ избавить живых существ от страданий и привести их к состоянию безупречно здорового состояния ума – это сначала самому достичь состояния будды, пусть с этой целью я достигну состояния будды». А состояние будды означает, что у вас полностью реализован весь потенциал и вы устранили все ограничения. «Тогда я на практике смогу приносить благо всем живым существам, смогу избавить их от болезни омрачений и привести их к состоянию безупречно здорового состояния ума. С такой мотивацией – для того, чтобы помочь всем живым существам, пусть я смогу достичь состояния будды, – с такой мотивацией я получаю благословение Белой Тары!» – тогда это правильная, безупречная мотивация. Итак, вам необходимо получать благословение Белой Тары с такой мотивацией, а не с какой-то другой странной мотивацией. И это третий, высший уровень мотивации.

Для того чтобы было даровано благословение Белой Тары, очень важно, чтобы было проведено два процесса. Со стороны Духовного Наставника перед тем, как вы сюда пришли, необходимо было выполнить особый ритуал – призвать божество. Я все это уже провел. А теперь с вашей стороны необходимо породить правильную мотивацию и выполнить подношение мандалы. Вы это также уже совершили. Теперь третий момент – в тантре говорится, что лишь одной чистой мотивации для вас недостаточно, вам также необходимо чистое видение. Также и в нашей жизни очень важно иметь чистое видение. А наше видение очень нечистое. Однажды один учитель на чистом листе бумаги поставил черную точку и показал своим ученикам. Он спросил у каждого ученика: «Что вы здесь видите?» И все сказали, что видят одну черную точку. Учитель сказал: «Это неверное видение. Здесь так много белого, но все, что вы увидели – это одну черную точку». Столько белого не увидели, а увидели только одну черную точку! Это называется «нечистое видение». Также и в нашей жизни – хороших качеств других людей мы не видим, а замечаем их маленькие ошибки, недостатки. И это неверно. Поэтому очень важно понимать, что ошибки других – это не ваше дело. А что касается их достоинств, то смотрите на них и перенимайте их. Если вы смотрите на хорошие качества в других людях, то вы сможете учиться у кого угодно, вы сможете учиться даже у детей. Сакья Пандита говорил: «Если вы знаете, как правильно

смотреть, то вы сможете учиться даже у маленьких детей». Это означает, что если вы смотрите на хорошие качества в других людях, то вы сможете учиться даже у маленьких детей. И это очень важно.

А если мы продолжаем смотреть на недостатки людей, то даже у Будды мы найдем недостатки. Вы увидите недостатки и у своего Духовного Наставника, потому что ваш загрязненный ум будет отражаться в Духовном Наставнике, и вы станете видеть недостатки у Духовного Наставника. Когда брат Будды Девадатта смотрел на Будду, он все время обращал внимание на какие-то его недостатки. Что бы Будда ни говорил, Девадатта что-то в этом усматривал, думал: «Вот какой Будда хитрый. Он говорит это специально, чтобы впечатлить людей, чтобы люди полюбили его». Что бы ни делал Будда, Девадатта видел в этом одни лишь недостатки. Поэтому, если вы смотрите не людей через «черные» очки, когда они улыбаются вам, вы подумаете: «Какие хитрые. Я знаю, что они меня не любят, но делают вид, как будто любят». А если люди вам не улыбаются, вы скажете: «Посмотрите, какие они высокомерные». Если человек что-то говорит, то вы скажете: «Он слишком много говорит». А если он не разговаривает, вы скажете: «Он очень высокомерен – вообще ничего не говорит». Что бы другие ни делали, вы будете видеть что-то не то из-за таких «черных очков». Поэтому очень важно снять эти «черные очки» и на их место надеть «белые очки». Я ношу такие «белые очки» и при этом я очень счастлив, очень спокоен. Но когда вопрос заходит о том, что нужно кому-то довериться, в этом случае я снимаю «белые очки» и стараюсь увидеть реальность. А на все остальное я смотрю через «белые очки» – и всё хорошо, я счастлив.

Визуализируйте это помещение как мандалу божества. Внутри этой мандалы располагаются два божества, две Тары. На алтаре главное божество – Белая Тара, и я также как помощник – Белая Тара. Даже простая визуализация себя внутри мандалы – это для вас очень большие заслуги, а также защита от всевозможных препятствий.

Теперь, чтобы получить благословение Белой Тары, в первую очередь вам нужно принять обет прибежища. Главный обет прибежища – это обет не вредить другим. С пониманием такого основания, что если вы вредите другим, то косвенно вы вредите самим себе. Исходя из такого основания, не вредите другим. Второе – исходя из здравомыслия, не вредите другим. Что касается здравомыслия, то здесь вы думаете: если кто-то вредит вам, как вы себя чувствуете? И точно также, что если я наврежу кому-то другому, он почувствует то же самое. У нас одинаковые чувства. Зачем же мне вредить другим? И это очень хорошее здравомыслие. Это буддийское здравомыслие. Если с таким здравомыслием вы перестаете вредить другим, то в этом случае вы по-настоящему образованы. Даже если вы не владеете большим количеством информации, вы образованы. Вы немного укрощены. Итак, сегодня пообещайте, что вы никогда не будете вредить ни одному живому существу. Пообещайте: «Я никогда не буду вредить ни одному живому существу» и также обратитесь с просьбой: «Будда, Дхарма и Сангха, пожалуйста, защищайте меня жизнь за жизнью!»

Будда может защитить вас не так, что он избавит ваш ум от всех омрачений, но он может защитить вас от временных препятствий, и также может указать вам путь к освобождению. И жизнь за жизнью Будда может вас поддерживать на этом пути к освобождению. Таким образом, Будда и божества могут нас защитить, как наши родители. Но наши родители не могут защитить нас от всего. Они могут защитить нас от определенных опасностей и также могут поддержать нас в нашей жизни до тех пор, пока мы не обретем стабильность в жизни. Точно так же, как могут защитить нас наши родители, таким же образом нас может защитить и Будда. Но такие святые существа защищают нас более глубоким способом, чем родители. Дхарма защищает нас таким образом, что она полностью устраняет омрачения из нашего ума. Поэтому Дхарма – это главный объект прибежища. Сангха – это как духовное

сообщество, как медсестры, она поддерживает нас. Итак, в этих трех объектах нам следует принимать прибежище с таким обещанием, что вы не будете вредить ни одному живому существу, а также с просьбой: «Будда, Дхарма и Сангха, пожалуйста, защищайте меня жизнь за жизнью».

Сейчас повторяйте за мной слова трижды. Здесь на алтаре визуализируйте Белую Тару, меня также в облике Белой Тары, а над моей головой Его Святейшество Далай-ламу в облике Будды Шакьямуни. Когда я буду произносить: «НАМО ГУРУБЭ, НАМО БУДДАЯ...», произносите эти слова за мной. Визуализируйте в этот момент, как белый свет исходит из рта Белой Тары на алтаре, из моего рта, проникает в ваш рот и остается в вашем сердце в качестве чистого обета прибежища. Этот обет будет храниться в вашем уме до тех пор, пока вы его не нарушите. И это самая лучшая защита. А теперь соедините руки и повторяйте за мной:

«НАМО ГУРУБЭ, НАМО БУДДАЯ, НАМО ДХАРМАЯ, НАМО САНХГАЯ».

Для получения благословения Белой Тары одного лишь обета прибежища для вас недостаточно, вам также нужно принять обет бодхичитты. Главный обет бодхичитты – это обет помогать другим. Вся свою жизнь мы используем доброту других, и поэтому наша ответственность – делать что-то хорошее для других. Делать что-то хорошее для других – это наша обязанность, потому что мы постоянно принимаем помощь со стороны других людей, принимаем их доброту. В особенности тем, кто к вам очень добр, именно им делать что-то хорошее – это очень важная ваша обязанность. Не только с духовной точки зрения, но даже с мирской точки зрения это благородные действия. Если вы используете доброту тех людей, которые очень добры по отношению к вам, и при этом никак их не благодарите, а только используете, то даже с мирской точки зрения это неблагодарность. Как говорится в буддизме: «Все живые существа были нашими матерями и были крайне добры по отношению к нам». Они страдают, а вы обладаете драгоценной человеческой жизнью, и если вы никогда не задумываетесь об их счастье, то это не мудро. Поэтому сегодня пообещайте: «Жизнь за жизнью я буду стараться помогать другим». А самый лучший способ безупречно помочь всем живым существам – это достичь состояния будды ради блага всех живых существ. Никогда не оставляйте этого желания. Если вы оставляете такое желание: «Да смогу я достичь состояния будды ради блага всех живых существ», – то вы нарушаете обет бодхичитты. Если вы общаетесь с людьми, которые совершенно не знают философии, и они говорят: «О каком состоянии будды ты говоришь? Все это не имеет смысла. Просто получай удовольствие», если вы попадаете под их влияние и оставляете стремление к достижению состояния будды ради блага всех живых существ, то вы нарушаете обет бодхичитты. С того момента, как вы отказываетесь от стремления к достижению состояния будды ради блага всех живых существ, вы нарушаете обет бодхичитты. Поэтому скажите: «От этого желания я никогда не откажусь!» Дать такое обещание не очень трудно.

А теперь соедините руки. Вы можете нарушить этот обет, если встретитесь с нехорошими друзьями, попадете под дурное влияние. Тогда есть такая опасность. Итак, повторяйте за мной, и на третий раз визуализируйте, как белый свет исходит из рта Белой Тары на алтаре, из моего рта, из рта Будды над моей головой и, проникая через ваш рот, остается в вашем сердце в качестве обета бодхичитты. Думайте так: «Какие бы заслуги я ни накопил, пусть они станут причинами достижения состояния будды ради блага всех живых существ. Однажды ради блага всех живых существ пусть я достигну состояния будды. Это моя мечта». Это должно стать вашей мечтой, а не то, чтобы стать «мисс вселенной», и не то, чтобы жениться на «мисс вселенной». Это по-настоящему полезная мечта, но такой мечты у вас нет. В буддизме не говорится, что все желания плохие. Мирские желания плохие, поскольку они безосновательны и это природа страдания. Например, желание сунуть свой

палец в огонь – это глупое желание, потому что оно принесет вам только страдание. Бабочка думает, что огонь обладает природой счастья, подлетает к нему и сжигает свое тело. Мы можем увидеть, что бабочка очень глупа, но мы точно такие же, мы подобны этой бабочке. Когда мы думаем, что если обретем какой-то сансарический объект, то станем счастливыми, то мы подобны этой бабочке.

Будда говорил, что все сансарические объекты, которые возникают из благородной истины источника страдания, обладают природой страдания. Они не дадут вам настоящего счастья, а могут привести вас только к страданию. Поэтому если у вас есть желание обрести эти объекты, то это называется привязанностью. Если у вас есть желание обрести любой сансарический объект, это называется привязанностью. Потому что он обладает природой страдания, а вы думаете, что он принесет вам счастье, поэтому это привязанность. Не все желания являются привязанностью. Желание обрести безупречно здоровое состояние ума – это не привязанность, это называется отречением. У вас нет такого желания и вам нужно развить его. Желание достичь состояния будды ради блага всех живых существ – это не привязанность, это желание, которое называется наивысшим желанием, потому что оно реалистично. Это настоящий объект счастья. Он сделает счастливым не только вас, но косвенно он также сделает счастливым всех живых существ. Поэтому Будда говорил: «Никогда не отказывайтесь от такого желания». Будда говорил это ради вашего блага, а не ради блага самого Будды. Например, вы находитесь во тьме, и все время двигаетесь в неправильном направлении, как вдруг возникает вспышка света, и у вас появляется какое-то одно правильное направление, правильное желание. В этот момент под влиянием каких-то плохих друзей вам грозит опасность потерять это направление и полностью потеряться. Поэтому от такого правильного желания, никогда не отказывайтесь. Каждый день напоминайте себе о таком желании: пусть я достигну состояния будды ради блага всех живых существ! Это молитва. Поэтому важно каждый день читать эту молитву. Вы знаете те строки, где вы принимаете прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе и говорите: «Какие бы заслуги я ни накопил, пусть они станут причинами достижения состояния будды ради блага всех живых существ!» Когда вы читаете эти строки, в этот момент вспоминайте о бодхичитте и говорите: «Я никогда не оставлю этого желания! Это моя цель». Итак, не забывайте о своей цели.

Мы можем рассмотреть ситуацию, когда в каком-то месте все люди больны и отец просит своего сына: «Пожалуйста, отправляйся в другой город, получи там медицинское образование, приезжай сюда обратно и вылечи всех этих людей». Сын уезжает в другой город, учится медицине. Вначале он едет учиться с очень сильным чувством, но затем по мере обучения он забывает о своей цели, встречается с какой-нибудь подружкой, начинает думать о семье, о том, чтобы жениться. Он теряется в делах этой жизни, и уже не вспоминает о своей главной цели, ради которой он уехал из дома.

Итак, этой цели – достичь состояния будды ради блага всех живых существ никогда не забывайте в повседневной жизни, все время напоминайте себе об этом. Если вы напоминаете себе об этом, то когда придут странные мысли, они не станут вашей целью. Вы чуть-чуть отвлекетесь, но тут же вспомните: «Нет-нет. Это не моя цель. Моя цель – ради блага всех живых существ стать буддой». И сразу все ненужное уйдет. Какое это счастье! Если же вы не будете напоминать себе о своей главной цели в жизни, то, увидев какой-то привлекательный объект, вы подумаете: «Как хорошо! Я это хочу!» Но потом будут проблемы. Если у вас неправильная цель, то обязательно возникнут проблемы, очень много проблем, и конца им нет. Поэтому много мечтаний, много привязанностей: «Это хочу, это хочу!» Потом все мало, и еще больше проблем. Но когда у человека есть такая главная цель, то ум очень счастливый.

Итак, теперь соедините руки и повторяйте за мной:

«КУНЖО СУМЛА КЪЯБСУ ЧЕ
СЕМДЖЕ ТАМДЖЕ ДАГИ ЧЁ
ЧАНЧУБ НЕЙЛА ГЁБАР ГИ
ЧАНЧУБ СЕМНЕ ЯНДАГ КЕ».

И также скажите: «Пока существует пространство, до тех пор, пока живут живые существа, пусть и я останусь вместе с ними и буду освобождать их от страданий». Это самая любимая молитва Шантидевы и Далай-ламы. Это молитва. А не так, что вы просите бога: «Подари мне деньги, подари мне подругу (или мужа), детей, работу, много денег». Это не молитва. Или «чтобы я вообще не болела». Это не молитва. Соедините руки, породите сильную решимость: «Я никогда не оставлю желания достичь состояния будды ради блага всех живых существ и изо всех сил буду стараться помогать всем живым существам».

Спасибо вам за порождение такого драгоценного желания. Косвенно это также поможет и нашему миру. Если большое количество людей в нашем мире породит такое намерение, то это изменит атмосферу в нашем мире, и все вокруг будет становиться все более и более мирным.

Теперь, для того, чтобы получить благословение Белой Тары, в первую очередь попросим о даровании благословения тела:

«ДЖЕЦЮН ПАГМА ДОЛМА ДАЛА КУИ ЧЕНЛАБ САМО ЦЕДУСОЛЬ».

Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте Белую Тару на алтаре, меня в облике Белой Тары. Из наших областей лба исходит белый свет и нектар, наполняет ваше тело и очищает большое количество негативной кармы, созданной вашим телом. Если вы не очистите эти отпечатки негативной кармы, то они станут прямой причиной ваших страданий. В настоящий момент вы не знаете об этом механизме, поэтому не думаете, что это очень важно.

Вначале я также не понимал такого момента, что если в крови повышается уровень сахара, то это вредно для тела. Но позже я исследовал этот вопрос и увидел, что высокий уровень сахара в крови может как-то испортить зрение, почки, сердце, все органы. Поэтому снизить уровень сахара очень важно. Если уровень сахара немного повышается, то вы этого не замечаете, это не приносит вам боли, но, тем не менее, косвенно это становится причиной большого количества других болезней. Поэтому очистить кровь, уменьшить уровень сахара в крови очень важно. Это профилактический способ предотвращения сердечных болезней, почечных болезней, болезней печени и сердца. Если человек не беспокоится об этом, то рано или поздно у него начнутся проблемы с сердцем или с печенью. Доктора знают это с уверенностью на сто процентов. Потому что они изучили этот механизм очень точно. Если вы это ясно понимаете, то вам нужно быть очень осторожными и не есть то, что вредно для вас. И если вы узнаете о том, что есть лекарство, которое может уменьшить уровень сахара в крови, то вы очень обрадуетесь этому. И точно также в настоящий момент вы не знаете, насколько вредными являются отпечатки негативной кармы в вашем уме. Отпечатки в вашем уме сразу же не приводят к каким-то страданиям, к болям. Поэтому вы можете думать, что это не опасно. В действительности про диабет говорят, что это мать большого количества других болезней. В буддизме говорится, что отпечатки негативной кармы – это мать всех ваших проблем. Как в медицине говорят, что диабет – это мать очень большого количества болезней, также в буддизме говорится, что ваши отпечатки негативной кармы – это мать всех ваших проблем.

До тех пор, пока вы не очиститесь от отпечатков негативной кармы, и будете продолжать увеличивать число отпечатков негативной кармы, в этом случае на сто процентов у вас все завершится проблемами, проблемами и проблемами. Поэтому, если вы хотите решить проблему, то вам нужно очиститься от «матери» всех проблем – от отпечатков негативной кармы, и сегодня во время благословения вы обретаеете одно из самых главных преимуществ – это очищение отпечатков негативной кармы ваших тела, речи и ума. В настоящий момент вы не знаете во всех подробностях этого механизма, но определенная убежденность у вас есть. Что касается меня, то я не очень боюсь высокого уровня сахара в крови, но я боюсь большого количества отпечатков негативной кармы. Когда люди смотрят, что у них уровень сахара очень высокий, они боятся. Я этого так сильно не боюсь. Я думаю, что это нехорошо, но не так уж боюсь. Но когда отпечатки негативной кармы высокие, тогда я боюсь. Если у вас большое количество отпечатков негативной кармы, и вы продолжаете создавать их все больше и больше, то симптомы этого будут следующие. Что касается такой болезни, как диабет, то говорят о симптомах этой болезни, и также можно говорить о симптомах большого количества отпечатков негативной кармы. Если вы увидите у себя эти симптомы, значит, у вас много отпечатков негативной кармы. Первый симптом – вам очень трудно обрести желаемое. Второй симптом – очень часто одно за другим происходят события, которых вы не желаете. Далее третье – глубоко внутри у вас нет спокойствия, удовлетворения, вы испытываете депрессию. Когда человек очищает негативную карму, даже если у него ничего нет, он спокоен и счастлив. Это симптом того, что ум очистился. Даже если у него нет хлеба, чтобы покушать, он все равно счастлив. Это хороший знак, хороший симптом. Даже если у него только один кусок хлеба на обед, он спокоен. Это симптом того, что отпечатков негативной кармы стало меньше. В противном случае у вас стол полон еды, у вас все есть, но ум несчастливый. Жена все время говорит мужу: «Это надо, это надо». Муж разные шубы приносит, но все равно все не так. Это очень серьезный симптом негативной кармы. Такой человек никогда не будет счастлив. Если, что бы у человека ни было, ему недостаточно, – это тоже симптом большой негативной кармы. Куда бы человек ни отправился, он везде несчастлив. Это симптом отпечатков тяжелой негативной кармы. Симптом очищения от отпечатков негативной кармы – где бы вы ни находились, везде вы счастливы. Даже если ваш карман пуст – вы спокойны и счастливы. Это симптом очищения отпечатков негативной кармы. Я видел такое в Дхарамсале. У моих друзей, которые медитировали в горах, не было холодильника, не было паспорта, не было пенсии, не было электричества, не было горячей воды, телевизора, ничего не было, но они были счастливы. Один раз я пошел к моему другу. Я пришел, он обрадовался: «О! Мой хороший друг пришел! Пожалуйста, садись!» Он начал готовить чай (я иногда приходил). Все, что у него было из посуды – это один китайский термос. Он залил чай в этот термос. Потом он сделал какое-то неловкое движение телом, этот термос у него упал и разбился. Я посмотрел на его реакцию, хотел оценить – каков его уровень практики. Он сразу же сказал: «О! Очень хорошо!» Это была его спонтанная реакция: «Зачем мне, йогину, нужен этот термос? Правильно. Зачем он нужен? Во времена Миларепа термосов не было. Зачем он нужен?» И он стал готовить новый чай. Нисколько его настроение не испортилось из-за того, что он разбил свой единственный термос. Вы бы причитали: «О! Кошмар! Почему он разбился?» Это слабый ум. Он же сказал: «О, как хорошо!» и стал готовить новый чай. Без термоса – ничего. Миларепа жил без термоса. Вот такой пример – Миларепа. «У Миларепа не было термоса. Зачем мне нужен термос?» – вот такие спонтанные мысли. Я подумал: «О! Как хорошо!» Я сразу стал его уважать. Он приготовил чай, мы посидели, попили чай. Он забыл о термосе в одну секунду. Термос ушел, и он забыл. Другие люди целый день, или даже два дня будут думать: «Единственный термос разбил! Это виноват геше Тинлей! Если бы он не пришел, я бы чай не готовил. Из-за него мой термос разбился. Пусть он больше не приходит». О, это ненормальный ум!

Если вы так думаете, то это симптом того, что в вашем уме очень большие отпечатки тяжелой негативной кармы. Поэтому вам нужно себе сказать: «Очищайся от отпечатков негативной кармы! Ты ненормальный!» Если вы не будете очищаться от отпечатков негативной кармы, если будете создавать негативную карму снова и снова, если вы будете так думать, то по-настоящему однажды сойдете с ума. В буддизме говорится, что кто-то больше, а кто-то меньше, но все живые существа в сансаре ненормальные. Что касается мирского понятия о ненормальности, то если кто-то на девяносто процентов становится ненормальным, то его называют точно ненормальным. Если человек на девяносто или на сто процентов ненормальный, тогда говорят: «Этот человек ненормальный, а остальные нормальные». Но остальные тоже ненормальные. Он в большей степени ненормальный, но все равно вы все тоже ненормальные. Если бы все были нормальными, то в доме была бы гармония, счастье, не было бы споров. Почему возникают споры? Почему в семье дисгармония? Из-за ненормального состояния ума. Если вы станете на сорок процентов нормальным, то вы обретете в своем уме покой на сорок процентов.

Поэтому, чтобы очиститься от отпечатков негативной кармы, очень важны четыре противоядия. Первое противоядие – это сожаление. Если у вас нет сожаления о совершенной негативной карме, то вам будет очень трудно очиститься от отпечатков негативной кармы. Поэтому вначале очень важно породить очень сильное сожаление о той негативной карме, которую вы создали в прошлом. Такое сожаление у вас будет более сильным, если вы будете знать о последствиях проявлений негативной кармы. Если вы понимаете последствия, то вы пожалеете об отпечатках негативной кармы, пожалеете о своей негативной карме. Второе противоядие – это опора на божество. Что касается отпечатков негативной кармы, то без опоры на божество вы не сможете их очистить. Итак, здесь важен второй фактор – это опора на божество. Как, например, если вы приняли какой-то опасный яд, то в этом случае без опоры на подлинного доктора вы не сможете вывести его из организма. Третье противоядие – это непосредственно само противоядие, когда вы визуализируете свет и нектар, который вас очищает. 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. Такую очистительную практику вам нужно выполнять каждый день. Если вы будете делать такую очистительную практику каждый день, то признаком этого будет то, что вы будете становиться все счастливее и счастливее. И тогда ваше счастье уже не будет зависеть от каких-то внешних факторов, что-то внутри вас будет делать вас счастливыми. Определенные внутренние факторы будут делать вас счастливыми. И если вас делают счастливыми ваши внутренние факторы, то такое счастье у вас продлится дольше. Поэтому моя для вас рекомендация – каждый день очищайте негативную карму. Это очень важно. И тогда не только в этой жизни, но и жизнь за жизнью проблем будет становиться все меньше и меньше, и вы будете решать свои проблемы жизнь за жизнью. Сейчас, когда вы человек, в своей человеческой жизни вы можете очиститься от большого количества калп отпечатков негативной кармы. А если у вас исчезнет эта драгоценная человеческая жизнь, и вы родитесь животным, то вы уже не сможете очищаться от отпечатков негативной кармы таким образом. Поэтому с этой точки зрения драгоценная человеческая жизнь очень значима, но она у вас продлится не очень долго. Поэтому вам необходимо использовать эту драгоценную человеческую жизнь для очищения негативной кармы, для накопления заслуг и для укрощения ума. И это духовная практика. Первый уровень – это очищение негативной кармы, второй – накопление заслуг и третий – это полное укрощение ума. И нет никакой более высокой практики. Что касается укрощения ума, то есть разные уровни укрощения ума, но все практики выполняются для укрощения ума. Практика тантры также необходима для укрощения ума. Нет какой-то иной буддийской практики кроме укрощения ума.

А теперь соедините руки и выполняйте визуализацию. Очищение негативной кармы – это также маленький фактор покоя ума. А теперь просьба о даровании благословения и очищения негативной кармы речи:

ДЖЕЦЮН ПАГМА ДОЛМА ДАЛА СУНГИ ЧЕНЛАБ САМО ЦЕДУСОЛЬ».

Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте Белую Тару на алтаре, меня в облике Белой Тары. Из наших областей горла исходит красный свет и нектар, наполняет ваше тело и очищает большое количество негативной кармы, созданной вашей речью, благословляет вашу речь и закладывает семя речи Будды в вашем уме. Поэтому здесь очень важно пожалеть о негативной карме, созданной вашей речью. Наш длинный язык навредил большому количеству людей. Поэтому скажите себе: «С этого момента я буду очень осторожен, и не буду задевать чувств других людей своим языком». А теперь выполняйте эту визуализацию.

Далее просьба о благословении ума:

«ДЖЕЦЮН ПАГМА ДОЛМА ДАЛА ТУГИ ЧЕНЛАБ САМО ЦЕДУСОЛЬ».

Вам нужно понимать, что самое лучшее средство от депрессии – это очищение отпечатков негативной кармы. Депрессия – это прямой результат отпечатков негативной кармы. Если вы очиститесь от отпечатков негативной кармы, то, когда вы просыпаетесь, вы очень счастливы, у вас не остается чувства депрессии. Поэтому если у человека депрессия, то нужно понимать, что это симптомы отпечатков тяжелой негативной кармы, это происходит не из-за кого-то другого. А как проводить очищение? Если вы провели очищение, но все еще испытываете депрессию, это значит, что ваше очищение не было очень эффективным. Если очищение было эффективным, то депрессия невозможна. Например, у меня нет высоких реализаций. Я летать не могу, не могу читать в вашем уме, но через очищение негативной кармы, через укрощение ума утром, когда я открываю глаза, мой ум счастлив. Я могу сказать, что меня огорчить очень трудно. И это результат практики. Если вас трудно огорчить, это означает, что основную часть времени вы очень счастливы и спокойны. А ваш ум таков, что даже если никто не говорил вам ничего плохого, все равно из-за какой-то реакции вы расстраиваетесь. Это симптом слабого ума. Поэтому очищать негативную карму очень важно для вашего умиротворения и устранения депрессии.

Поскольку Тара – это божество активности, вы также можете попросить Тару об исполнении одного вашего мирского желания. Мы живем в материалистическом мире, поэтому мирские желания нам также необходимы для выживания. Итак, загадайте одно мирское желание. А теперь соедините руки. Вначале очистите негативную карму ума, а после этого загадайте одно мирское желание. Если у кого-то из вас нет мирских желаний, это очень хорошо. Тогда пожелайте: «Пусть я достигну состояния будды ради блага всех живых существ. Этого для меня достаточно». А если у кого-то из вас есть мирские желания, скажите так: «Это тоже мое желание, но, тем не менее, для выживания я хотел бы загадать мирское желание». Теперь выполняйте визуализацию.

А теперь попросите о даровании благословения тела, речи и ума:

«ДЖЕЦЮН ПАГМА ДОЛМА ДАЛА КУСУН ТУГИ ЧЕНЛАБ САМО ЦЕДУСОЛЬ».

Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте Белую Тару на алтаре, меня в облике Белой Тары. Из наших областей лба, горла и сердца одновременно исходят белые, красные и синие лучи света с нектаром, наполняют ваше тело

и очищают вас от большого количества негативной кармы ваших тела, речи и ума. А также укрепляют благословение ваших тела, речи и ума и укрепляют семена тела, речи и ума Будды в вашем уме. Это последнее благословение. Визуализируйте его, как следует.

Итак, как я говорил вам вчера, сила мантры зависит от четырех факторов. Из них первый фактор – это передача мантры. Передача мантры должна осуществляться по непрерывной линии преемственности. Иначе мантра также не принесет пользы. В моем случае я получил передачу мантр от Его Святейшества Далай-ламы. Его Святейшество получил эту передачу от своего Духовного Наставника, и эта линия восходит к ламе Цонкапе. Это наша линия передачи мантр, линия передачи учения. От ламы Цонкапы эта линия восходит к его Духовным Учителям, к Атише. А от Атиши эта линия восходит к его Учителям и далее к Будде Шакьямуни. Эта линия восходит от Атиши к мастерам монастыря Наланда и далее к Будде Шакьямуни. Такова линия передачи учения в нашей традиции. Это знать также очень важно.

Сейчас, когда я буду произносить мантру, повторяйте ее за мной. Визуализируйте, как эта передача мантры в виде белого света исходит из рта Белой Тары на алтаре, из моего рта (я при этом также в облике Белой Тары), и, проникая через ваш рот, остается в вашем сердце в качестве передачи мантры. Теперь повторяйте за мной.

Первая – это мантра Белой Тары для долгой жизни:

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

Теперь мантра Зеленой Тары для успеха в вашей жизни:

«ОМ ТАРЕ ТУТТАРЕ ТУРЕ СОХА».

Теперь мантра Авалокитешвары для увеличения любви и сострадания и для высоких заслуг.

Так, это источник вашего счастья:

«ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ».

Теперь мантра Манджушри для возрастания вашей мудрости:

«ОМ АРА ПА ЦА НА ДИ».

Теперь мантра Ваджрапани для возрастания вашей силы:

«ОМ ВАДЖРАПАНИ ХУМ ПЭ».

Мантра Будды Медицины для здоровья вашего тела:

«ТАДЪЯТА ОМ БЕГАНЗЕ БЕГАНЗЕ МАХА БЕГАНЗЕ БЕКАНЗЕ РАНЗА САМУД ГАТЭ БЕНЗЕ СОХА».

А теперь мантра Будды Шакьямуни для здорового ума:

«ОМ МУНИ МУНИ МАХА МУНИЕ СОХА».

А теперь мантра ламы Цонкапы для практики «Гуру-йоги»:

«МИГМЕ ДЗЕВЕ ТЕРЧЕН ЧЕНРЕЗИГ
ДИМЕ КЕНБЕ ВАНГ ПО ДЖАМБЕЯН
ГАНЧЕН КЕНБЕ ДЗУГЪЕН ЦОНКАПА
ЛОБСАН ДАГПЕ ЩАВЛА СОЛВАДЕБ».

Теперь мантра Его Святейшества Далай-ламы:

«ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДХАРА ВАГИНДРА СУМАТИ
ШАСАНА ДХАРА САМУНДРА ШРИЕ БХАДРА

САРВА СИДДХИ ХУМ ХУМ».

Теперь, везде, куда бы я ни поехал, я передаю обет не употреблять алкоголь. В России главная проблема – это не дураки и дороги, а главная проблема – это алкоголь. Одна журналистка однажды мне сказала: «В России считается, что основная проблема – это дураки и дороги». А я сказал, что это не главная проблема. А главная проблема – это алкоголь. Русские люди не дураки, наоборот, они очень умные. А что касается ваших дорог, то, может быть, в сравнении с немецкими дорогами, они не очень хорошие, но если сравнивать с Азией, то они очень хорошие. А проблема – это алкоголь. В большинстве семей пьют алкоголь. И дети с малых лет также начинают употреблять алкоголь, курить. Обязательно они будут пить. Почему? Потому что так поступают старшие. У нас, людей, до сих пор сохраняется такой «обезьяний» характер, потому что мы произошли от обезьян. Как поступают обезьяны? Если начинают прыгать старшие обезьяны, то за ними сразу также начинают прыгать молодые. Поэтому я бы хотел обратиться ко всем вам, к представителям старшего поколения: «Пожалуйста, перестаньте употреблять алкоголь не только ради своего здоровья, но также, чтобы подавать хороший пример молодым людям». Если вы сами пьете, то, как вы сможете сказать своим детям, чтобы они не пили? Даже если вы скажете такое, это не будет эффективно. Поэтому ради своего блага, ради блага своих детей, ради блага общества, пожалуйста, примите такой обет не употреблять алкоголь. Это нетрудно. В любом случае алкоголь – это яд. Он напрямую вредит вашей печени. Это яд. Зачем же вам платить деньги и покупать на эти деньги болезнь? Затем вы начинаете платить деньги, чтобы излечиться от нее. Может быть, у вас много лишних денег, чтобы сначала платить за обретение болезни, а затем, чтобы исцелиться от нее. И поэтому по причине собственного здоровья перестаньте употреблять алкоголь.

А также в качестве платы за мое учение, пожалуйста, примите такой обет не употреблять алкоголь. В тибетской традиции, когда учителя передают учение, они дают его не бесплатно. Но при этом они никогда не просят какой-то материальной платы за учение. Это тибетская традиция. Когда они передают учение, они говорят: «Вы должны заплатить за мое учение». Это означает: старайтесь стать более хорошими людьми – примите обет не употреблять алкоголь, и это та плата, которую просят духовные учителя. Если духовный учитель заинтересован в такой плате, то это подлинный духовный учитель. Если духовного учителя интересует материальная плата, то это не подлинный духовный учитель. Итак, я хотел бы от вас получить такую плату.

Итак, четыре дня я работал, работал и теперь хотел бы получить от вас такую плату в качестве обета не употреблять алкоголь. Это моя просьба к вам и это было бы вашей платой за мое учение. А также для меня это было бы лучшим подарком. Поэтому для тех из вас, кто не пьет алкоголь, очень важно принять такой обет, что вы вообще, никогда не будете пить алкоголь. Это очень хорошо. Для тех из вас, кто пьет алкоголь, очень важно принять такой обет – не употреблять алкоголь. Если кто-то из вас принимал такой обет и нарушил его, то вам обязательно нужно принять обет не употреблять алкоголь. Не только алкоголь, но в России также одна из главных проблем для молодых людей – это наркотики. Я знаю, что старшие люди не употребляют наркотики, но, тем не менее, вы все также примите обет, что даже не прикаснетесь к наркотикам, что никогда не будете касаться наркотиков.

Меня также спрашивали в отношении лекарств, которые в основе имеют алкоголь, я в этом случае сказал, что это не рассматривается как алкоголь, а рассматривается как лекарство, когда вы его принимаете в том количестве, в каком его прописал доктор. А если вы принимаете больше, чем то, что прописал доктор, тогда вы нарушаете обет. Некоторые люди так хитрят, по чуть-чуть принимают такие лекарства, но в этом случае они нарушают обет. Вы не сможете схитрить с кармой. Будда говорил, что вы можете перехитрить законы страны, можете перехитрить людей, но не сможете перехитрить закон кармы. Это

невозможно. Это, как если вы выпили яд, вытерли свой рот и говорите: «Я не пил яд. У меня есть такая справка от доктора, что я не пил яд», но это не имеет никакого значения.

Визуализируйте перед собой двух Белых Тар, а также над моей головой Его Святейшество Далай-ламу в облике Будды Шакьямуни. Когда я буду произносить тибетские слова, они означают: «Будды и Бодхисаттвы трех времен, 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». И когда за мной вы повторите это трижды, на третий раз, когда я щелкну пальцами, в этот момент из рта Белой Тары на алтаре, из моего рта, из рта Будды над моей головой исходит белый свет и проникает через ваш рот, остается в вашем сердце в качестве обета не употреблять алкоголь и наркотики. А теперь с сильной решимостью повторяйте за мной. Если вы выработали решимость, то нет ничего такого, что вы не могли бы пресечь. Также вы можете бросить все дурные привычки, если порождаете сильную решимость. Если у вас есть такое пристрастие к азартным играм – игре на автоматах, сегодня время принять обет, что больше вы этого не будете делать. А для тех, у кого нет с этим проблем, это неважно. К ним это не относится. Соедините руки и повторяйте за мной громко:

«ЧЁД ЧУНА ЧУБЕ САНГЕДА ЧАНЧУБ СЕМПА ТАМДЖЕ ДАЛА КОНСУСОЛЬ ДАМИН
ЩЕГЕВАР ТУТАНЕСОН ЧЕСИ МАЧЕПАР ЧАНРАТА НЕНТА ПАВАР ГИО».

Сейчас, когда я произнесу эти слова в третий раз, вы за мной повторите и я щелкну пальцами, в этот момент визуализируйте, как белый свет исходит из рта Белой Тары на алтаре, из моего рта, из рта Будды над моей головой и, проникая через ваш рот, остается в вашем сердце в качестве обета не употреблять алкоголь и наркотики.

А сейчас, когда я поставлю тарма на голову Андрея, визуализируйте, как Белая Тара, размером с большой палец вашей руки через макушку по центральному каналу опускается в ваше сердце, и там, где у вас располагается трон из цветка лотоса и лунного диска, она остается на этом троне. С этого момента ваше тело становится храмом, в котором пребывает живая статуя.

Теперь благословение окончено. Следующие несколько дней я проведу в Новосибирске, проведу полное обследование здоровья своего тела. Не беспокойтесь о моем здоровье, у меня невысокий уровень сахара. Сейчас достаточно низок, но, тем не менее, мне нужно проверить свое тело. Поэтому я немного отдохну, а также проведу полное обследование, чтобы мне поставили диагноз и также буду лечиться.

В любой области, также и в отношении здорового тела, пока еще не слишком поздно, очень важно начать лечиться. В этом случае будет гораздо легче сохранить здоровье своего тела, чем когда уже слишком поздно. И то же самое относится к здоровому уму. Пока еще не слишком поздно, лечите свой ум, сделайте свой ум здоровым. Иначе, если вы умрете и переродитесь в аду, то в течение очень длительного времени вы не сможете лечиться от болезни омрачений. Даже если вы родитесь животным, очень длительное время вы не сможете лечиться от болезни омрачений. Поэтому, пока вы обладаете драгоценной человеческой жизнью, не теряйте ее только лишь на счастье этой жизни. Используйте эту драгоценную человеческую жизнь для исцеления от болезни омрачений, тогда вы мудрые люди.

Итак, до нашей новой встречи будьте счастливы и будьте добрыми. Те из вас, у кого есть время, приезжайте на Байкал и там у вас есть очень хороший шанс получить более подробно

глубокое учение по укрощению ума. Всем вам «добро пожаловать» на Байкал. Но если вы не сможете приехать, не страшно. В октябре я снова приеду к вам в Новосибирск. Я надеюсь, что этого духовного «бензина» вам хватит на пять месяцев. А когда он закончится, я к вам приеду снова.