

Итак, я очень рад всех вас здесь сегодня видеть на благословении Манджушри. Чтобы получить благословение Манджушри, очень важно, чтобы было проведено два процесса. Один со стороны Духовного Наставника, а другой со стороны учеников. Что касается буддийского благословения, то оно не находится полностью в руках Духовного Наставника, подготовка должна быть проведена с обеих сторон. Если Духовный Наставник не подготовился, как полагается, то в этом случае вы не сможете получить благословение, даже если у вас есть сильная вера и даже если вы правильно подготовились, но вы не получите благословения. В случае если Духовный Наставник подготовился правильно, но вы не подготовились, в этом случае вы тоже не получите благословения. Поэтому очень важны два момента. Первый момент – со стороны Духовного Наставника очень важна правильная мотивация, не связанная с обретением славы, репутации. Не ради денег, а из сострадания он должен подготовить благословение, и я со своей стороны постарался изо всех сил с правильной мотивацией призвать божество и совершить всю остальную необходимую подготовку.

А теперь со стороны учеников. С вашей стороны первая самая главная подготовка – это порождение правильной мотивации. Что касается правильной мотивации, то различают три разных уровня правильной мотивации, и вам нужно начать с первого уровня, с начальной мотивации. Вам не нужно полностью теряться в заботах одной лишь этой жизни, немного думайте о будущей жизни. Такая мысль в нашей жизни возникает очень редко и это очень драгоценная мысль. На нашей планете очень много людей, но они очень редко думают: «Вдруг я умру, как я подготовился к будущей жизни?» Таких людей мало, все думают только об этой жизни, о славе, репутации, о счастье в этой жизни, но даже в этой жизни счастья у них нет. Поэтому вам нужно понимать, что если вы порождаете мотивацию, связанную с заботой о счастье будущей жизни, то счастье в этой жизни придет к вам само собой. Вам нужно понимать в отношении этой жизни, что какой бы важной вы ее ни считали, тем не менее, это всего лишь одна жизнь и сколько вам осталось, может быть тридцать, максимум сорок лет. Потом вы умрете на сто процентов. Дети – это другой вопрос, это все я говорю взрослым.

Что касается будущих жизней, то это период из жизни в жизнь, очень долгий период. И что же тогда важнее? Только лишь временное счастье этой жизни или счастье жизнь за жизнью? И здесь мы говорим, что счастье из жизни в жизнь гораздо важнее. То, что вы можете сделать в настоящем, это создать очень хорошую причину, благодаря которой жизнь за жизнью вы будете переживать хороший результат. С такой мотивацией как забота о счастье будущей жизни, чтобы не переродиться в низших мирах, а обрести высокое перерождение, получайте благословение Манджушри. И это минимальный уровень мотивации. Далее второй уровень мотивации. Это если ваш ум нездоров, если ваш ум страдает от болезни омрачений, то в этом случае, даже если вы обретете высокое перерождение, это все равно природа страдания. Думайте таким образом, что для того, чтобы обрести безусловно здоровое состояние ума, сегодня я получаю благословение Манджушри. В моей жизни это самое главное – безусловно здоровый ум. В этом случае все мои проблемы будут полностью решены.

Если я обрету какой-то уровень здорового ума, то даже в этой жизни я буду счастлив. И жизнь за жизнью я буду счастлив. Так, если вы получаете благословение с мотивацией обрести безусловно здоровое состояние ума, то это промежуточный уровень мотивации для получения благословения. Далее высший уровень мотивации. Здесь вы думаете, что так же как вам важно обрести здоровое состояние ума, также и для всех живых существ важен такой совершенно здоровый ум. «Чтобы привести всех живых существ к состоянию безусловно здорового ума, к полной свободе от всех омрачений, пусть я достигну состояния будды», – если с такой мотивацией вы получаете благословение, то это махаянская

мотивация. Поскольку вы получаете благословение Манджушри, а это благословение является частью тантрической практики, то без махаянской мотивации вы не сможете получить благословение.

С сильными чувствами любви и сострадания подумайте: «Чтобы всех живых существ избавить от страдания и привести к безупречному счастью, пусть я смогу достичь состояния будды, и с этой целью я сегодня получаю благословение Манджушри». Эта мотивация, мотивация бодхичитты сама очистит вас от большого количества негативной кармы и она сама накопит для вас большие заслуги. Если с такой мотивацией вы произнесете одну мантру, то это станет невероятной причиной обретения счастья вами самими и также другими. Бодхисаттвы желают счастья другим, но в результате они сами обретают счастье из жизни в жизнь. А мы, обычные живые существа, все время говорим: «Я-я-я». И в результате нам все время не хватает счастья, в результате у нас все время какие-то проблемы. Поэтому в своей жизни постоянно напоминайте себе о мотивации бодхичитты. Это очень мудрый образ мышления.

В своей жизни вам очень важно думать, что я и другие одинаково важны, никогда не считайте, что вы самые важные. Если это возможно для вас, думайте, что другие важнее, чем вы. Думайте так: «Я всего лишь один, а других большинство, поэтому другие важнее, чем я». Так мыслит бодхисаттва. Если у вас есть такая мотивация, такой образ мышления, то куда бы вы ни отправились, вы везде будете счастливы. А если вы думаете: «Я самый главный, а другие не важны», – это глупый образ мышления. С таким эгоистичным умом, куда бы вы ни направились, у вас везде будут проблемы. Даже кошки и собаки будут разбегаться от вас, если вы все время говорите: «Я-я-я, я – самый главный». Эти люди никогда счастливыми не будут. Итак, скажите себе, что бодхисаттвы считают, что другие важнее, чем они, и это очень высокий образ мышления. Что касается меня, то, как минимум, я буду думать, что я и другие одинаково важны. Это практичный образ мышления. Итак, куда бы вы ни направились, везде сохраняйте такую мысль, что я и другие одинаково важны. Тогда даже выпить чаю вместе с друзьями, – это гармония, счастье. Если вы не хотите слушать других людей и слушаете только себя, я иногда вижу молодых людей, когда они собираются, все говорят «я-я-я», то там неинтересно. Поэтому, что касается настоящего джентльмена, то это определяется не его одеждой. Одежда не делает людей джентльменами. Джентльмены определяются их образом мышления. С того момента, как в самой глубине своего сердца вы искренне начинаете думать, что другие важнее, чем я, поскольку я всего лишь один, с этого момента вы становитесь настоящим джентльменом, становитесь бодхисаттвой. Бодхисаттва – это джентльмен. Есть такие русские слова: госпожа, господин. Настоящий господин и настоящая госпожа думают так: «Другие важнее, чем я». Сами скромные, уважают друг друга, – это настоящая госпожа и настоящий господин.

Его Святейшество Далай-лама – настоящий джентльмен, поскольку он искренне думает, что другие важнее, чем он. Я наполовину джентльмен, потому что я думаю, что я и другие одинаково важны. Я хотел бы, чтобы вначале вы стали наполовину джентльменами, поскольку быть таким, как Его Святейшество Далай-лама, – это нелегко. На это потребуется очень длительное время. Вам необходимо очень большое сердце, чтобы думать, что другие важнее, чем вы, и быть способным пожертвовать всем своим счастьем ради счастья других, для этого необходимо очень большое сердце. Это сердце бодхисаттвы. Итак, бодхисаттвы жертвуют всем своим счастьем ради счастья других и в результате сами обретают счастье подобное пространству, безграничное. Я расскажу вам одну историю.

Когда Будда был бодхисаттвой, он был принцем. Когда ему было всего два-три года, он все время смотрел вокруг глазами любви и сострадания. Он никогда не думал, что я принц, а это моя свита. Он все время думал, что несет ответственность за счастье всех этих людей. Он

все время думал, что другие важнее, чем он сам. Имя этого принца было Тимей Гюнду. Однажды он сказал своему отцу, что у него есть только одно желание – это практиковать щедрость: «Пожалуйста, разрешите мне практиковать щедрость». Отец сказал: «Хорошо, практикуй щедрость». Он сказал: «Ведь вокруг так много людей, которые страдают, а у нас так много богатства, я хотел бы практиковать щедрость». Отец сказал: «Хорошо, ты можешь практиковать щедрость, но есть одна очень особая драгоценность, ее не отдавай, а в отношении всего остального ты можешь отдавать».

Этот принц Тимей Гюнду был очень счастлив, и он сделал такое объявление, что будет практиковать щедрость и могут приходиться все желающие. Итак, он отдавал все, что они просили. В конце к нему подошел один очень пожилой человек. Он сказал: «Я приехал сюда издалека». Он сказал, что хотел бы, чтобы принц проявил щедрость по отношению к нему. Принц спросил: «Чего вы хотите?» Он сказал: «Я хочу особую драгоценность, драгоценность, исполняющую желания». Принц сказал: «В отношении этого у меня нет разрешения, отдать это вам». Этот человек сказал: «Ну, зачем же тогда я сюда приехал? Я прибыл издалека. Значит, я совершил ошибку в том, что поехал сюда». Принц сказал: «Пожалуйста, не говорите такое, попросите меня о чем угодно другом, я отдам это, но в отношении этой драгоценности у меня нет разрешения». Тот ответил: «Нет, ничего другого мне не нужно, все, что я хотел бы взять, это вот эту драгоценность, исполняющую желания. Если я ее не получу, то уеду отсюда огорченным». Итак, у принца не было выбора, он отдал эту драгоценность, исполняющую желания и сказал: «Ну, все, теперь убегайте отсюда. Если царь поймает вас, то у вас появятся проблемы, поэтому бегите».

На следующий день царь узнал, что принц отдал драгоценность, исполняющую желания, и очень разозлился. Он сказал: «Я изгоняю тебя из моего царства». Принц проходил через все эти проблемы ради других, и его жена и дети также отправились с ним, хотя он говорил им: «Не ходите со мной, я хотел бы осуществить совершенство щедрости. Если кто-то меня попросит о вас, я должен буду отдать вас, поэтому лучше не ходите со мной». Вот такое большое сердце! Жена и дети сказали: «Ничего страшного, мы пойдем вместе». Так он, жена и дети ушли вместе из царства. Люди про это прослышали и по дороге все собирались, чтобы просить у принца. Итак, по дороге подходили люди, и кто-то из них просил: «Пожалуйста, отдайте мне своего сына». И он отдал сына, кто-то попросил: «Отдайте дочь». И он отдал дочь. Подошел еще один человек, попросил отдать его жену, и он отдал, в том числе, и жену. Она сказала: «Я не пойду». Принц ответил: «Ну, я же говорил, что если ты пойдешь со мной, то я должен буду отдать все». Так он шел в одиночестве, и затем встретил слепого человека, который попросил принца отдать ему свои глаза. Принц отдал также и глаза. Это история о Будде, когда он был бодхисаттвой. Так он вытащил свои два глаза и отдал этому человеку. И у него появился третий глаз, глаз мудрости. Когда вы порождаете любовь и сострадание очень высокого уровня, то отдать свои глаза, выдернуть свои глаза, в этом для вас не будет боли, но это для практиков очень высокого уровня. Поэтому Шантидева говорил, что до тех пор, пока ваша любовь и сострадание недостаточно сильны, не отдавайте свое тело другим. Итак, он отправился в горы. Двенадцать лет он провел в горах, где передавал учение животным. Все животные в округе стали его учениками.

Я забыл отметить такой момент, что когда принца просили отдать жену, это был не обычный человек, это был царь Брахма. Позже он сказал, что специально явился в облике обычного человека, чтобы попросить передать жену и проверить, какова щедрость этого принца. Позже он сказал: «Я вижу, что вы настоящий бодхисаттва, поэтому, пожалуйста, заберите свою жену обратно, поскольку я знаю, что в горах вам будет трудно в одиночестве». Итак, двенадцать лет спустя, когда он решил вернуться, все животные заплакали и взмолились: «Теперь, когда вы уезжаете, кто же будет направлять нас?» По дороге обратно те люди, которые забрали его сына и дочь, вернули обратно его детей. Царь

услышал о том, что принц по дороге раздал все и какое-то время жил в горах, что все животные были его учениками, что он отдал свою жену и детей и даже отдал свои два глаза. Когда царь об этом услышал, он упал с трона. Он сказал: «Мой сын принц, даже отдал свои два глаза, как же я мог изгнать его из царства за то, что он просто отдал драгоценность, исполняющую желания, ведь это просто камень!» Со всего царства люди собрались вместе и вместе ждали возвращения принца. Таким образом, это показывает, что практикуя щедрость, к вам все возвращается обратно даже в этой жизни, а из жизни в жизнь это просто невероятный способ создания причин счастья! Но вам нужно начать в соответствии со своим уровнем, когда вы думаете, что я и другие одинаково важны, то есть стать наполовину джентльменом.

Если сейчас вас кто-то попросит отдать свою квартиру, не отдавайте квартиру, это не подходит вам. Скажите на это: «В настоящий момент я еще не бодхисаттва, но я могу визуализировать квартиру и поднести вам визуализированную квартиру. Это я могу сделать, но ненастоящую квартиру». Итак, визуализируйте квартиру и скажите: «Это мое вам подношение». В конце вам нужно подумать, что так же, как практиковал Будда, когда он был принцем, да смогу я выполнять такую же практику. Пусть я буду готов отдать все, что имею, даже свое тело, свои глаза на благо живых существ. И с такой мотивацией, мотивацией Махаяны получайте благословение Манджушри. Когда я услышал историю об этом принце Тимей Гюндуне, это очень тронуло мое сердце. Я подумал: «Это мой герой, у меня других героев нет. Я хочу стать таким героем».

Вам тоже нужно думать: «Это мой герой, и однажды я тоже хотел бы стать таким же». Поэтому бодхисаттва также известен как герой. Это настоящий герой, который заботится о других больше, чем о себе. Далее в дополнение к этому, чтобы получить благословение Манджушри, вам необходимо чистое видение. Для этого визуализируйте это помещение необычным, представьте, что это мандала Манджушри. Внутри этой мандалы визуализируйте двух божеств Манджушри. Главное божество Манджушри на алтаре и также я в облике Манджушри как помощник. А для тех из вас, кто раньше получал посвящение, визуализируйте себя в образе божества, а в противном случае визуализируйте, что у вас тело мирского бога, очень чистое тело. Не такое свое обычное тело, а особенное тело. Это называется чистое видение. И теперь для того, чтобы получить благословение Манджушри, вам в первую очередь нужно принять обет прибежища.

Различают три главных обета прибежища. Первый, поскольку вы принимаете прибежище в Будде, то ваш первый обет, связанный с этим, состоит в том, что вы не будете, обещаете не принимать прибежище в мирских богах. Причина состоит в том, что мирские боги сами не свободны от омрачений и поэтому не могут вас избавить от омрачений. Поэтому в сабдаках, духах местности, никогда не принимайте прибежище. Это ошибка. Вы можете быть как друзья, вы можете делать им подношение, но никогда не считайте их объектом прибежища. Это первый обет. Вы принимаете прибежище только в Будде и тех, кто свободен от сансары.

Далее второй обет. Поскольку вы принимаете прибежище в Дхарме, то второй связанный с этим обет заключается в том, что вы обещаете не вредить ни одному живому существу. Поэтому дайте такое обещание. Это главный обет. Из всех сил старайтесь не вредить ни одному живому существу. Это ваш главный обет. Далее третий обет. Поскольку вы принимаете прибежище в Сангхе, а Сангха – это святые существа, которые обладают прямым познанием пустоты. Поскольку вы принимаете в них прибежище, то ваш обет, связанный с этим, заключается в том, что вы обещаете не водиться с дурной компанией. От негативных, злых людей вам нужно держаться на расстоянии. Вам нужно любить их, но держаться на расстоянии, поскольку дурное влияние распространяется очень легко.

Итак, теперь визуализируйте двух Манджушри, над моей головой визуализируйте Его Святейшество Далай-ламу в облике Будды Шакьямуни. Когда я буду произносить НАМО ГУРУБЭ НАМО БУДДАЯ, повторяйте за мной. Визуализируйте, как в этот момент белый свет исходит из рта Манджушри на алтаре, из моего рта, из рта Будды над моей головой, и, проникая в ваш рот, остается в вашем сердце в качестве чистого обета прибежища.

Дайте такое обещание: «С этого момента я обещаю не вредить ни одному живому существу. Бодхисаттвы жертвуют всем своим счастьем ради блага живых существ. Если я не способен на это, то, как минимум, я постараюсь не вредить ни одному живому существу. Итак, я принимаю прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе. Пожалуйста, защищайте меня жизнь за жизнью». Теперь соедините руки и повторяйте за мной. На третий раз белый свет исходит из наших ртов, проникает через ваш рот в ваше сердце и остается у вас в качестве обета прибежища. И это самая лучшая защита, то, что защищает вас от всех препятствий.

В настоящий момент, хотя вы не являетесь источником счастья для всех живых существ, но благодаря принятию обета прибежища вы становитесь безвредными людьми, становитесь очень мирными. С этого момента в вашем сердце начинается мир, ваш ум будет пребывать в умиротворении, поскольку вы дали обет не вредить другим. И теперь для вас очень важно совершать четыре акта ненасилия. Эти четыре акта – ваша практика. Среди них первый – это если кто-то на вас злится, не злитесь в ответ. Это очень мощная практика. Кто бы ни злился на вас, никогда не злитесь в ответ. Вам нужно понимать, что тот человек, который на вас злится, он сам несчастен. Он объект сострадания. Он ненормальный. Зачем же мне становиться ненормальным из-за того, что он ненормальный?

Когда жена злится, мужу надо думать: «Моя жена ненормальная, если она ненормальная, зачем мне тоже становиться ненормальным? Я ненормальным не буду. Пусть она одна будет ненормальной. Я ненормальным не буду». Мы ведем себя очень странно, говорим: «Если ты стал ненормальным, то я тоже стану ненормальным». Но это очень глупо. Сейчас Америка, Европа вводят санкции против России, и все ненормальные. Это ненормальные санкции. Россия говорит: «Хорошо, мы тоже будем ненормальными» и вводят ответные санкции, а потом все страдают. Это ненормально. Если Европа вводит санкции, то России не надо отвечать. Злиться в ответ не надо. Я очень рад тому, что услышал во вчерашнем интервью, в котором наш президент сказал, что будет думать, но при этом постарается не использовать таких санкций, которые навредили бы нашей экономике. Это мудро. Он сейчас везде говорит: «Я не буду вводить такие санкции, которые мешают нашей экономике». Это правильно. Они ненормальные, пусть они вводят санкции, а с нашей стороны санкций не будет. Это буддийский подход. Наш президент практикует эти четыре акта ненасилия. Я очень рад этому. Первый момент, когда на него злятся, он никогда не злится в ответ, сохраняет очень хорошее терпение. Но все равно ему нужно быть более терпеливым. Ленин говорил: «Учись, учись и еще раз учись». А я прошу нашего президента: «Терпение, терпение и еще раз терпение». Тогда у России будет очень хорошая стратегия. Это мое послание нашему президенту, который является нашим отцом. Я, как его сын, говорю своему отцу: «Отец, важна такая стратегия – это терпение, терпение и еще раз терпение». Тогда в конце будет большая победа, настоящая победа. В вашей семье поступайте так же. Когда у жены тяжелый характер, у мужа тяжелый характер, то терпение, терпение, еще раз терпение. Потом им будет стыдно, жена скажет: «Извини», или муж скажет: «Извини, я неправильно поступил». Вот это результат практики терпения. Это победа. Если они злятся, и вы тоже злитесь, то становится только хуже. Потом дети страдают. Поэтому эта стратегия очень важна, как в шахматах.

Итак, вам очень важен такой первый акт, что кто бы на вас ни злился, никогда не злитесь в ответ. Я живу по такому принципу. Это настоящее счастье. На меня злятся, но я в ответ не

злюсь, поэтому я всегда веселый. Я всегда смеюсь, я счастлив. Это самая лучшая защита. Вы тоже попробуйте это. Если на вас злятся, один раз не разозлитесь в ответ, второй раз также не отвечайте, не злитесь, и постепенно вы будете обретать все большее и большее по размерам сердце. А потом, когда вы привыкнете, и кто-то на вас разозлится, то вам будет смешно. Вы вообще не будете злиться, вы подумаете: «Как жалко, они несчастливы». Даже если вас ударят, вам вообще не будет больно. Потому что есть терпение. Вы подумаете: «Они несчастны, как жалко». Когда у вас большое эго, вы одно слово услышите, и у вас лицо сразу красное, злое. Когда эго нет, а есть ум, заботящийся о других, что бы ни говорили, ваш ум спокоен.

Это очень важная шахматная игра вашей жизни. Это лучший дебют. Первое – если на вас злятся, никогда не злитесь в ответ. Это лучшая защита, самая лучшая стратегия в вашей жизни! Второе – если вас ругают, не ругайте в ответ. Это второй акт. Далее третий акт – если за вашей спиной вас кто-то критикует, никогда не критикуйте в ответ, пускай говорят. Есть русская поговорка: собака лает – караван идет. Вы свою цель знаете подобно тому, как караван знает свою цель. Поэтому, кто бы вас ни критиковал, никогда не критикуйте в ответ. И даже не принимайте это всерьез. То, кем вы являетесь – это очень важно. А что о вас говорят, что о вас думают другие – это неважно. Далее четвертый акт ненасилия – даже если вас бьют, не бейте в ответ. Просто не бейте. Существует закон, и если они заходят слишком далеко, то пожалуйста, обратитесь в полицию, но никогда не бейте в ответ. Итак, после принятия обета прибежища вам необходимо практиковать эти четыре акта ненасилия.

А сейчас я передам вам обет бодхичитты. Главный обет бодхичитты – это изо всех сил стараться помогать другим и никогда не оставлять желания достичь состояния будды. Различают два вида обета бодхичитты: это обет вдохновенной бодхичитты и обет деятельной бодхичитты. Обет вдохновенной бодхичитты или бодхичитты устремления состоит в том, что вы знаете, что это желание достичь состояния будды для принесения блага живым существам является очень драгоценным. И вы говорите: «Я никогда не откажусь от этого желания».

А обет бодхичитты действия или деятельной бодхичитты состоит в том, что вы понимаете не только ценность желания достичь состояния будды ради блага всех живых существ, но кроме этого вы также говорите: «Я буду практиковать шесть совершенств для достижения состояния будды». Так вы вовлекаетесь в практику шести совершенств, вы даете такое обещание. Старшим ученикам нужно принять оба обета бодхичитты, а новым ученикам нужно принять один обет бодхичитты – это то, что вы никогда не откажетесь от желания достичь состояния будды на благо всех живых существ. А теперь соедините руки. Сейчас, когда я буду произносить слова на тибетском языке, повторяйте их за мной. В этот момент визуализируйте, как белый свет исходит изо рта Манджушри на алтаре, из моего рта, я при этом также в облике Манджушри, изо рта Будды над моей головой и, проникая через ваш рот в ваше сердце, остается в виде обета бодхичитты: бодхичитты устремления и бодхичитты действия. Кто-то из вас примет один обет, а кто-то два обета бодхичитты. Это на ваше усмотрение.

Итак, вы стали источником счастья для многих живых существ. Это первый корень махаянской практики, когда вы думаете: «На благо всех живых существ пусть я достигну состояния будды, чтобы я стал источником счастья для всех живых существ». И это высочайшее доброе состояние ума. В буддизме говорится, что любовь – это желание другим счастья, это просто одно желание. Но желание достичь состояния будды – это не просто доброе состояние ума, а это невероятно высокое доброе состояние ума, объединенное также с высокой мудростью. И в этом желании достичь состояния будды на благо всех живых

существ заключен полный механизм того, как по-настоящему принести благо всем живым существам.

В буддизме говорится, что если вы раздаете другим еду, то на следующий день они снова проголодаются, и поэтому это не лучший способ принести благо живым существам. Поэтому есть такая поговорка, что лучше кого-то научить ловить рыбу, чем поделиться с ним рыбой. Но в буддизме говорится, что это все равно еще неправильно. В буддизме говорится, что лучший способ помочь всем живым существам – это достичь состояния будды, чтобы вы могли помочь другим избавиться от омрачений и обрести безупречно здоровое состояние ума.

Теперь соедините руки, и обратитесь с просьбой о благословении тела Манджушри. Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте Манджушри на алтаре и меня в облике Манджушри. Из нашей области лба исходит белый свет и нектар и наполняет ваше тело. Ваше тело наполняется белым светом и нектаром, который очищает большое количество негативной кармы, созданной вашим телом, а также очищает всевозможные болезни и закладывает семя тела будды в вашем уме. Чтобы очиститься от негативной кармы, созданной вашим телом, вам очень важно делать это с помощью четырех противоядий. В противном случае негативную карму очистить невозможно. Если присутствуют такие четыре противодействующие силы, присутствуют эти четыре фактора, то в этом случае нет такой негативной кармы, которую вы не смогли бы очистить.

Среди них первый фактор – это сожаление. Без сожаления негативную карму очистить нельзя. Поэтому первое и самое важное для вас – это пожалеть о тех негативных действиях тела, которые вы совершили. Сожаление у вас возникает в уме в том случае, если вы подумаете о последствиях негативной кармы. Поэтому очень важно подумать о последствиях проявления негативной кармы и с сильным сожалением нужно очищать негативную карму. Далее второе противоядие – это объект, опора. С сильной верой в божество Манджушри вы полагаетесь на божество Манджушри и обращаетесь с просьбой: «Пожалуйста, помогите мне очиститься от негативной кармы, созданной моим телом». Далее третье противоядие – это то, что я только что вам говорил: белый свет и нектар наполняют вас и очищают. Это само противоядие. И четвертое – это решимость больше такого не повторять. И если присутствуют все эти четыре противоядия, то нет такой негативной кармы, которую вы не смогли бы очистить. Это на сто процентов так. Вам нужно понимать, что какие бы трагедии и проблемы у вас ни возникли – это результат проявления вашей негативной кармы. Она является прямой причиной. Поэтому если вы не хотите трагедий, не хотите страдать, то профилактический способ устранения этого – это очищение негативной кармы. А теперь выполняйте визуализацию.

Теперь просьба о благословении речи. Сейчас, когда я буду произносить мантру и звонить в колокольчик, визуализируйте Манджушри на алтаре и меня в облике Манджушри. Из нашей области горла исходит красный свет и нектар и наполняет ваше тело. Он очищает большое количество негативной кармы, созданной вашей речью, благословляет вашу речь и закладывает семя речи будды. Здесь также очень важно применить четыре противоядия. Теперь выполняйте эту визуализацию. Почувствуйте, что это по-настоящему происходит, просто вы этого не видите. Тогда этот процесс станет более мощным. Вера очень важна. Если вы верите во что-то неправильное, то это может быть опасно. Но если вы верите в правильный механизм, то в этом случае, даже если вы не понимаете всех подробностей, это будет очень полезно. Здесь нет никакой опасности. Если бы я вам сказал: «Переведите все свои деньги на мой банковский счет», тогда вам нужно было бы опасаться. «Развейте в меня веру и переведите все деньги на мой банковский счет», – вот тогда вам нужно было бы быть

осторожными. В этот момент вам нужно было бы подумать: «А почему геше Тинлей сказал такое, что ему нужно?» А сейчас для вас никакой потери нет, если мне верить.

Здесь вы только обретаєте преимущество, если будете верить в то, о чем я вам говорю. Вы ничего не потеряете, если у вас будет эта вера. Иногда в России люди ведут себя довольно странно. Если речь идет о чем-то полезном, то людям поверить в это очень трудно, а если кто-то хочет обмануть их, то они сразу же доверяются. Сначала я думал, что русские люди очень логические, сразу не верят, но потом я смотрю, слушаю, – они верят там, где верить не надо, и я думаю: «Где их логика?» Логики нет. Большинство русских легко обмануть, потому что они верят тому, кому не надо верить. Своих родителей, которые дают им полезные советы, дети слушают еле-еле, или вообще не слушают. А от неправильных друзей одного совета достаточно, – сразу уходят в неправильную сторону. Вот это неправильно.

Теперь с сильной верой выполняйте эту визуализацию. Итак, сегодня ваша жизнь стала значимой. Ваша речь очищена, сохраняйте чистоту вашей речи как минимум одну неделю. В течение одной недели никому не говорите ничего плохого. В чужое дело не лезьте, не говорите: он такой-сякой, они такие сякие, это не ваше дело.

А теперь просьба о благословении ума. Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, также визуализируйте Манджушри на алтаре, меня в облике Манджушри, из нашей области сердца исходит синий свет и нектар, наполняет ваше тело, очищает большое количество негативной кармы, созданной вашим умом. Также он очищает ваш ум и закладывает семя ума Будды в вашем уме. И далее, поскольку Манджушри – это божество мудрости, визуализируйте, как большое количество божеств Манджушри растворяется в вашем теле. Когда они растворяются в вашем теле, почувствуйте, что возрастают ваши сиддхи мудрости. В этот момент, когда они будут растворяться, загадайте одно мирское желание. Скажите: «Манджушри, у меня есть одно мирское желание, пожалуйста, помогите мне осуществить его». Если вы имеете сильную опору на божество, то в этом случае исполнятся даже ваши мирские желания. Но это не должно быть самым главным. Самое главное – это очищение от негативной кармы ума, и то, что вы обретаєте сиддхи мудрости. А то, что вы в конце загадываете одно мирское желание, это как подарок для вас, и вы просите этот мирской подарок у Манджушри. Манджушри говорит: «Пожалуйста, хорошо». Теперь выполняйте эту визуализацию.

Далее – просьба о благословении тела, речи и ума вместе. Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, также визуализируйте Манджушри на алтаре, меня в облике Манджушри. Из наших трех областей: из области лба, горла и сердца одновременно исходят белые, красные и синие лучи света с нектаром и наполняют ваше тело. Они очищают вас от негативной кармы, созданной одновременно вашим телом, речью и умом, а также укрепляют благословение ваших тела, речи и ума. Это последнее благословение. Визуализируйте это как следует. Почувствуйте, что божество Манджушри, хотя вы его и не видите, по-настоящему присутствует здесь, и свет и нектар также по-настоящему исходят. Что касается света, то бывает свет разных уровней, и не всякий свет мы можем увидеть. Мы видим только грубый свет, а тонкий свет мы увидеть не можем. Например, люди не видят некоторые оттенки света, которые видят животные. А теперь выполняйте эту визуализацию. Сейчас – передача мантр. Чтобы мантра обрела силу, в первую очередь очень важный момент – это передача мантры. Если у вас нет передачи мантры, то, сколько бы вы ни начитывали мантр, они не будут иметь силу. Миларепа говорил: «Если вы выжимаете песок, то вы не сможете выжать масло». И точно также, если вы начитываете мантры, не имея передачи, то они не будут иметь силы. Но одной лишь передачи недостаточно, есть и другие важные факторы. Второй важный фактор для обретения силы мантры – это доброе состояние ума. Когда есть передача, в этом случае если вы будете начитывать мантры с



добрым состоянием ума, то они станут очень мощными. Но и этого тоже недостаточно. Вам нужен еще и третий фактор. Это вера. Необходима нерушимая вера в силу мантры. В этом случае после получения передачи с добрым сердцем и верой, когда вы начитываете мантры, они становятся очень мощными. Далее есть еще и четвертый фактор. Это когда вы начитываете мантры, вам нужно делать это с однонаправленной концентрацией, иначе, если ваш ум будет блуждать здесь и там, то вы также не извлечете силу мантры. Поэтому Шантидева в руководстве по этапам пути бодхисаттвы, говорил, что если вы длительное время начитываете мантры или читаете тексты с блуждающим умом, то, как говорил Татхагата, это не будет иметь смысла.

Итак, когда вы начитываете мантры, вам важно, чтобы ваш ум не блуждал, а был однонаправлено сосредоточен. Например, если вы читаете мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, то визуализируйте перед собой Авалокитешвару, как из его сердца исходит свет и нектар, очищает вас и благословляет. Авалокитешвара находится перед вами, от него исходит свет. Вы читаете: ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ. Ваше тело наполняется светом, очищается. Это очень полезно для очищения негативной кармы. Вы читаете: ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ. Потом думаете: «Не только я, все живые существа страдают. Пусть их всех очищает эта мантра! Пусть в нашем мире не будет конфликтов!» Вот так полезно читать ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ. О, это настоящая буддийская практика! Вы утром читаете молитвы, читаете ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, визуализируете, как свет и нектар вас очищают, – вот так надо заниматься практикой. Не просто так сидеть, в свой ум смотреть, и думать, что так вдруг станете Буддой, – в этом ничего полезного нет. Мантры читать надо тоже хорошо, с сильной верой.

Тогда каждый день ваш ум будет становиться все более и более счастливым. И ваше сердце также будет становиться все больше и больше. Тогда вы с радостью будете отдавать людям то, чем обладаете. Когда вы отдаете людям, другие люди счастливы, и вы становитесь от этого еще более счастливым, то это хороший знак. Когда вы делаете людям плохо, люди страдают, а вы очень счастливы, то это очень опасно. Это кризис. Радоваться страданиям других людей – это очень плохой механизм. От этого наступает очень большой кризис. Когда с высоким состоянием ума вы делаете людям доброе и видите, что они счастливы, то вы становитесь еще более счастливыми. Это хороший механизм. Потом вы не сможете даже одного дня прожить, чтобы не сделать что-то доброе другим. Вы не сможете уснуть, будете думать: «Я должен сделать хотя бы одну добрую вещь», – тогда вы святой человек. Вот такой нужен механизм. Это практика, настоящая практика. Поэтому каждый раз, когда вы читаете мантры, вам нужна однонаправленная концентрация.

Далее пятое – вам необходимо сделать это не однажды, а постоянно, регулярно выполнять такую практику. И тогда на сто процентов вы получите результат, если присутствуют все пять факторов. Пять факторов нужно иметь стабильно. Если в один день вы читаете много мантр, а потом вообще не читаете, то это неправильно. Не нужно читать сразу много мантр, лучше немножко, но постоянно, без перерывов. Самое главное – стабильность. Если каждый день вы читаете мантры тридцать или двадцать минут, или даже десять минут, то сначала нет результата, но если вы каждый день так делаете, читаете мантры, то потом через месяц, или через год вы увидите результат, потому что все эти пять факторов присутствовали, и вы поймете: «О, это невероятно!» Учение Будды – это чудеса. Я видел эти чудеса. Поэтому я согласен с тем, что написано в книгах, я внимательно смотрю и вижу эти чудеса, это невероятные чудеса!

Как только вы увидите чудеса учения Будды, то даже если после этого Россия станет коммунистической, и кто-то придет к власти, скажем, с оружием и скажет: «Перестань практиковать Дхарму», – вы скажете: «Нет, вы можете меня убить, но я с радостью

продолжу свою практику. Потому что я вижу на своем опыте, что это для меня самое главное». Тогда уже вашу веру сломить будет невозможно, ваша вера будет нерушимой. Если вы не практикуете, если просто читаете тексты и черпаете интеллектуальную информацию, то она останется только сухой информацией. Эта сухая информация вам не поможет. Философия очень важна, но философия должна быть живой философией. Поэтому очень важно читать тексты, написанные ламой Цонкапой, а также жизнеописания Миларепы, песни Миларепы. Они очень полезны. Все это великие мастера.

А теперь я дам вам передачу мантр, повторяйте их за мной. Первая – это мантра Манджушри для увеличения вашей мудрости. Визуализируйте, как мантра в виде белого света исходит изо рта Манджушри на алтаре, из моего рта, и проникает через ваш рот, остается в вашем сердце как передача мантры. Итак, повторяйте за мной. Теперь мантра Авалокитешвары для увеличения вашей любви и сострадания. Теперь мантра Ваджрапани для увеличения вашей силы. Теперь мантра Тары для успеха в вашей жизни. Теперь мантра Будды Медицины для здоровья вашего тела. Теперь мантра Будды Шакьямуни для здорового ума. Теперь мантра ламы Цонкапы. Теперь мантра Его Святейшества Далай-ламы.

Далее, куда бы я ни поехал, я везде передаю обет не употреблять алкоголь. В России одна из главных трагедий – это алкоголь. Здесь большинство из вас уже принимали такой обет, тем не менее, я хотел бы снова передать вам его, чтобы он у вас стал сильнее.

Если новые люди также захотят принять обет не употреблять алкоголь, то это очень хорошо, поскольку алкоголь разрушает не только здоровье вашего тела, но также и здоровье вашего ума. Потому что как только вы выпьете алкоголь, ваш ум сразу же становится глупым. Я расскажу вам один анекдот. Три пьяных человека на улице остановили такси. Таксист посмотрел и увидел троих пьяных, они все сели к нему в машину, он завел двигатель, затем заглушил его, сказал: «Все, мы приехали». Первый из них отдал деньги, второй сказал: «Спасибо». А третий его ударил. Водитель подумал: «Наверное, он понял, в чем дело» и спросил: «Зачем ты ударил меня?» Тот сказал: «В следующий раз не ездят так быстро, ты чуть не убил нас». Итак, очень ясно, что алкоголь делает людей очень глупыми.

Поэтому для тех, кто хочет обрести здоровое состояние ума, алкоголь – это главное препятствие. Будда говорил, что те, кто хочет следовать по моему пути, не должны принимать даже капли алкоголя. Если вы дадите такое обещание, что не будете пить, то это для вас совсем не будет трудно. Некоторые из вас могут подумать: «Я не пью слишком много, пью лишь чуть-чуть». Но, тем не менее, все так начинают понемногу и постепенно становятся алкоголиками. Вы не найдете такого алкоголика, который сказал бы вам, что с самого начала пил очень много. Все алкоголики говорят, что вначале пили лишь чуть-чуть. Говорят, что чуть-чуть не страшно, но потом становятся алкоголиками, и бросить уже не могут. Все начинают чуть-чуть. Поэтому неправильно говорить, что чуть-чуть не считается, чуть-чуть – это опасно.

Итак, визуализируйте здесь двоих Манджушри, над моей головой Его Святейшество Далай-лама в образе Будды Шакьямуни. Вокруг нас будды и бодхисаттвы. Когда вы будете повторять за мной тибетские слова, они означают: «Будды и бодхисаттвы трех времен, послушайте меня, я по имени такой-то и такой-то принимаю обет не употреблять алкоголь и наркотики и буду соблюдать его в чистоте».

Когда вы повторите за мной эти слова три раза, тогда изо рта Манджушри на алтаре, изо рта Будды над моей головой, из моего рта исходит белый свет, проникает через ваш рот и остается в вашем сердце в виде обета не употреблять алкоголь и наркотики. Итак, сейчас с

сильной решимостью повторяйте за мной. Это будет самая лучшая плата за мои учения. Его Святейшество Далай-лама говорит, что настоящие духовные учителя не должны радоваться денежным подношениям учеников, а настоящие учителя должны радоваться духовным подношениям учеников. Поэтому если вы принимаете обет не употреблять алкоголь, то это ваше духовное подношение, это духовное подношение нравственности. И для меня это самый лучший подарок. Для Его Святейшества Далай-ламы это тоже самый лучший подарок.

А сейчас, когда я поставлю торма на голову Андрея, визуализируйте, как божество Манджушри размером с большой палец вашей руки через макушку по центральному каналу опускается в вашу сердечную чакру, и с этого момента ваше тело становится храмом, в котором находится живая статуя. Ко мне обратились с просьбой передать мантру Ваджрасаттвы для очищения негативной кармы. Есть длинная мантра Ваджрасаттвы и краткая. Я передам вам обе.

Итак, завтра я уезжаю, любая встреча заканчивается расставанием, но и любое расставание также заканчивается встречей. Через шесть месяцев я приеду к вам снова. И до нашей новой встречи будьте добрыми и будьте счастливы. Ваша практика в том, чтобы быть счастливыми и делать счастливыми других.

Также совершайте эти четыре акта ненасилия. Если на вас злятся, не злитесь в ответ. Это ваша практика. Если вас ругают, не ругайте в ответ. Критикуют вас, не критикуйте в ответ. И даже если вас бьют, не бейте в ответ. Шантидева говорил, что это высочайшая практика аскезы, нет аскезы превыше терпения. В тот момент, когда на вас кто-то злится, не позволяйте своему уму впадать в гнев, и это самая лучшая практика аскезы. Преимущество будет состоять в том, что если вы будете так поступать, то ваш ум будет становиться все сильнее и сильнее. Другое преимущество в том, что благодаря этому жизнь за жизнью вы будете очень красивы. В особенности для женщин, если вы хотите быть очень красивыми жизнь за жизнью, то практикуйте терпение. Если на вас кто-то будет злиться, никогда не злитесь в ответ, думая, что из-за этого вы станете уродливыми, и поэтому скажите себе: «Я никогда не отвечу». Это правда, когда вы злитесь, то сразу становитесь уродливыми. У женщин, когда они злятся, лицо краснеет, косметика падает, она сразу становится некрасивой. Я желаю вам всего наилучшего. Посвящение заслуг.