

Я очень рад всех вас сегодня здесь видеть. Для того чтобы получить благословение Белой Тары, в первую очередь очень важно породить правильную мотивацию. Получайте благословение Белой Тары с мотивацией обрести здоровое состояние ума. Как только вы обретете здоровье ума, тогда здоровье вашего тела и временные желания сбудутся сами собой. Поэтому в нашей жизни самое главное – это здоровый ум. Современные ученые исследуют вопрос нашего здоровья и приходят к выводу, что большинство наших физических проблем связано со здоровьем нашего ума. И поэтому сделать свой ум здоровым важно не только для будущей жизни, но также и для этой жизни.

Для того чтобы было даровано благословение Белой Тары, очень важно, чтобы прошло два процесса: один со стороны Духовного Наставника, а второй – со стороны учеников. Со стороны Духовного Наставника – это порождение правильной мотивации, а также призывание божества – выполнение специального ритуала. Я это уже провел.

Что касается мотивации Духовного Наставника, то он должен быть сильно побуждаем чувствами любви и сострадания, и у него не должно быть никакой мирской мотивации при передаче благословения. Со своей стороны я изо всех сил стараюсь породить к вам сильную любовь и сострадание. Далее, со стороны учеников – это порождение правильной мотивации, выполнение подношения мандалы (вы также это уже сделали), а третье – это чистое видение. Чистое видение очень важно сохранять не только для получения благословения Белой Тары, но также и в повседневной жизни. Каждый день живите с чистым видением и тогда вы будете видеть хорошие качества в других людях. Если вы видите в других хорошие качества, то, поскольку даже самый худший человек в мире обладает какими-то хорошими качествами, в этом случае вы сможете увидеть их и в этом человеке. Вы сможете развить уважение к такому человеку.

А зачем нам нужно уважать других? Что вы обретаете от этого? Чем больше вы уважаете других, тем больше гармонии и мира порождается в вашем собственном уме. В нашем мире на Земле нет мира, и главная причина в том, что у людей нет уважения друг к другу. Так же и в семье. Если муж и жена не уважают друг друга, то невозможно, чтобы в этой семье была гармония. И в какой-то маленькой ассоциации также, – если люди друг друга не уважают, то невозможно, чтобы в этой ассоциации царили мир и гармония. Это так и на уровне наций и на международном уровне. Мир на нашей планете установится не в силу разоружения, а благодаря развитию уважения друг к другу. Так, не нужно сразу же говорить о мире во всем мире, а начните с себя – старайтесь развить уважение ко всем людям, и начните с уровня своей семьи – старайтесь видеть достоинства в других людях. Когда вы видите достоинства других людей, сохраняете чистое видение, в этом случае у вас возникает уважение к другим. И это источник мира и гармонии.

Что касается чистого видения, то это не просто слова, а это ключевой фактор, благодаря которому вы сможете установить мир на уровне своей семьи, на уровне общества, страны, и на международном уровне. Я сам все время стараюсь сохранять чистое видение, вижу только хорошее в других людях, и результат этого уважения к другим в том, что я сам становлюсь более счастливым. Если чьи-то вредоносные действия вам мешают, то вам нужно прямо сказать этому человеку: «Не делай этого», но все равно продолжайте уважать его. Вам нужно уметь отличать человека от его действий. Из-за неверных действий какого-то человека вы называете самого человека «плохим». Это ошибочное заключение. По природе человек чист. Человек может совершить ошибку, но в этом случае вам нужно понять, что это его действия и сказать, что вам не нравятся его действия, а самого человека вы любите, но с таким поведением вы не согласны. Скажите ему: «Я против этого твоего действия. Я объявляю бойкот таким действиям». Бойкот тоже очень важен.

Если вы сохраняете чистое видение, то куда бы вы ни отправились, везде вы будете счастливы. А если у вас очень негативное видение, то всё вокруг вы будете видеть нехорошим. Даже родители будут для вас ужасными людьми. Это означает, что ваш ум находится в очень опасной ситуации, в кризисной ситуации. Если вы думаете, что все плохие, а вы один хороший, то это ненормально. Если человек смеется, то вы думаете: «Какой он хитрый, что смеется!» Если не смеется, то вы думаете: «Посмотрите, какой он высокомерный!» Вот так не надо думать. Так вы всегда будете видеть недостатки других людей. Поэтому очень важно, что касается ошибок, недостатков, – смотрите на свои недостатки, а что касается достоинств, то смотрите на достоинства других людей. Для вас это очень важно. А вы поступаете наоборот. Вы всегда рассматриваете свои достоинства и никогда не замечаете своих ошибок. А что касается других людей, то у них вы всегда подмечаете ошибки и никогда не замечаете достоинств. Это ошибка. Поэтому можно сказать, что свои ошибки размером со слона вы не замечаете, а ошибки других людей размером с муху вы видите очень ясно. Это неправильно. Итак, скажите: «С этого момента, что касается недостатков, то я буду смотреть на свои недостатки», и так вы добьетесь прогресса. «Что касается достоинств, то я буду обращать внимание на достоинства других людей, а не на свои собственные», – так поступают мудрые люди, а обыватели поступают наоборот.

Далее, следующий мой совет для вас. Когда кто-то делает что-то хорошее для нас, глупые люди не замечают этого, слабые люди иногда замечают, а мудрые люди благодарят за доброту. Когда нам кто-то вредит, глупые люди мстят, слабые люди прощают, а мудрые люди не замечают. Старайтесь стать мудрым человеком. Наш механизм полностью противоположный: глупые люди, если им кто-то помогает, не замечают этого, но если кто-то немного навредил, то после этого они все время думают: «Как же мне отомстить этому человеку?» Так поступают глупые люди. А мудрые люди, когда им кто-то вредит, они этого не замечают. Почему? Потому что их ум сосредоточен на том, как же помочь этому человеку. Они видят, что ум этого человека находится в критической ситуации и поэтому не замечают того, что он говорит. А если кто-то делает что-то хорошее, то мудрый человек никогда не забывает об этом и все время хочет отблагодарить этого человека за его доброту. Вам необходимо в уме создать такую систему, и тогда вы будете счастливы жизнь за жизнью. Поэтому, кто бы ни говорил что-то нехорошее о вас, просто не замечайте этого. У русских есть очень хорошая поговорка: «Собака лает, караван идет». Это правильные слова. Не замечайте, когда собака лает, не говорите: «Почему так собака лает?» Во всем этом нет смысла. Это похоже на рассматривание дерьма. Так можно, например, проверять чье-то дерьмо и говорить: «Смотрите, а почему там что-то красного цвета? Что-то желтого цвета? Что он ел до этого?» Что от этого будет? У вас голова будет болеть. Так, так смотрите, потом всю ночь думаете: «Что он кушал? Это красное не похоже на то, что вчера». О! Это тупость. Иногда вы так делаете. Всю ночь немыслимые вещи думаете, думаете, так вы сойдете с ума. Вместо того чтобы так исследовать дерьмо, лучше исследуйте богатый материал по философии и вы будете становиться более мудрыми людьми. Задавайте вопросы: «Почему Будда сказал так-то, почему Нагарджуна сказал то-то и то-то? Я этого еще не понимаю». И тогда вы скажете в какой-то момент: «А! Теперь я понимаю, что они имели в виду!» И это называется «медитация».

Итак, для благословения Белой Тары и также в повседневной жизни очень важно сохранять чистое видение. Кроме тех случаев, когда речь заходит о принятии какого-то ответственного решения, – тогда будьте объективны, а в остальных ситуациях сохраняйте чистое видение. Я поступаю именно так. Когда дело доходит до того, что надо кому-то довериться, тогда я смотрю объективно. Во всех других случаях я думаю обо всех хорошо, и мне от этого нет ничего плохого. Даже если этот человек нехороший, а я считаю его хорошим, то я ничего не теряю от этого, а только приобретаю преимущества. Я его уважаю и из-за этого я развиваю

хорошие качества, когда его вижу. Если вы уважаете каждого человека за его хорошие качества, то сразу почувствуете доброту. Если вы не уважаете людей, то хорошие качества развивать очень трудно – вы не можете любить, не можете развивать многие хорошие качества. Наоборот, когда вы не уважаете людей, то многие нехорошие качества, такие как гнев, зависть, сразу у вас проявятся. Итак, вы ничего не потеряете, если будете обращать внимание на достоинства других людей и уважать их. Но вашему эго это не понравится, потому что эго хочет быть самым главным. Это тупой ум. Функция эго – только вредить вам и вредить другим. А если вы будете сохранять ум, заботящийся о других, то будет очень легко уважать других людей. И если вы начинаете уважать других людей и смотреть на их достоинства, то день ото дня вы будете становиться все счастливее и счастливее. Вы обретете преимущества. А если вы будете подмечать недостатки других людей, будете говорить о них плохо, то в результате вы сами станете несчастными. Такой человек, куда бы ни пошел, счастливым не будет, с таким неправильным воззрением, что все нехорошо.

Итак, пообещайте мне, что не только сейчас, во время благословения Белой Тары, но также и в повседневной жизни вы будете сохранять чистое видение, кроме тех случаев, когда вы принимаете какие-то решения. Такие моменты – это исключение. Здесь вы должны быть объективными, иначе другие обманут вас. Если вы просто на улице видите человека и думаете о нем хорошо, то вы от этого ничего не потеряете. Но если вам говорят: «Мы открыли новый банк, хотите положить туда свои деньги?» – тогда подумайте о том, какой это банк, надежный он или не надежный. Но если у вас нет денег, то зачем спрашивать, надежный это банк или ненадежный? Если вы хотите выйти замуж за какого-то мужчину, тогда надо спрашивать – хороший он или нет. А если такой мысли нет, то просто спрашивать: «Что это за мужчина? Откуда он пришел? Как его зовут?» – зачем это надо? Просто замечайте что-то хорошее, а не будьте как шпион: «Что он делает? Вчера он, чем занимался?» Это очень ненормальные мысли.

Итак, с таким чистым видением в первую очередь вам нужно принять обет прибежища. И главный обет прибежища – это обет не вредить другим. Пообещайте, что с этого момента вы на уровне своего тела, речи и ума не будете вредить другим людям. И также, когда вы принимаете обет прибежища, то пообещайте, что вместе с этим вы вступаете на путь ненасилия. Это очень важно. Стать буддистом – это не так важно, гораздо важнее вступить на путь ненасилия. Но если вы вступили на путь ненасилия, то вы автоматически становитесь буддистом. Поэтому Будда говорил, что те, кто хотят мне следовать, должны выполнять четыре акта ненасилия. Главная цель, с которой Будда пришел на нашу планету, не состояла в том, чтобы сделать людей буддистами. Его главная цель была в том, чтобы открыть людям глаза, чтобы помочь им вступить на путь ненасилия и чтобы все проблемы они решали ненасильственными средствами.

Итак, каковы эти четыре акта ненасилия, которые вы обещаете совершать, принимая обет прибежища? Если вы приступаете к этим четырем актам ненасилия, то становитесь настоящим последователем Будды. А в противном случае вы можете говорить: «Я буддист», но будете просто фанатиком-буддистом, а не настоящим буддистом. Поэтому в нашем мире настоящих буддистов мало. Настоящих христиан тоже мало, а фанатиков очень много. Настоящих мусульман тоже очень мало, большинство фанатиков. Из-за этого во имя религии происходит много конфликтов. Потому что чистых настоящих последователей нет – все фанатики. Но учителя тоже в этом виноваты, поскольку они не дают нормальных учений, поэтому у учеников сразу развивается фанатизм: «Мы самые лучшие. Лучше нас нет. Говорите, что мы самые лучшие. Другие религии нехорошие». Из-за этого возникают конфликты. И поэтому вам нужно понимать, что если вы хотите быть настоящими последователями Будды, то вам необходимо совершать эти четыре акта ненасилия.

Среди них первый акт ненасилия – это если на вас злятся, никогда не злитесь в ответ. А как вы можете перестать злиться, когда кто-то злится на вас? На основе понимания того, что этот человек является первой жертвой своего гнева, и поэтому он является объектом сострадания, а не объектом гнева. Так, если вы смотрите с точки зрения другого человека, то сразу же у вас пропадает желание гневаться. Далее второе. Если кто-то злится, например, ваш муж, то вам нужно понимать, что он ненормальный. Если жена злится, то жена ненормальная, потому что испытывает сильный гнев. Конечно, жена ненормальная: рот открывает, странные вещи говорит. Точно, ненормальная. Здесь вам нужно сказать себе: «В нашей семье одного ненормального достаточно, зачем нам нужны двое ненормальных?» Поэтому другой человек не должен реагировать так же негативно – одного достаточно. Так, кто бы на вас ни злился, скажите: «Одного ненормального достаточно. Зачем же нужно, чтобы появилось двое ненормальных? Ситуация станет от этого только хуже, это глупо». Что бы они ни говорили, если вы этого не замечаете, то вы мудрые люди. Посмотрите, если ваша мама пришла домой пьяная и что-то говорит, то вы понимаете: «А! Это не мама говорит. Это водка», – и у вас ее слова в одно ухо входят, а в другое выходят. Вы вообще этого не замечаете. Поэтому на следующее утро вы спокойны. Это не потому, что вы святой. Вы знаете, что это водка говорит, а не мама. Точно также, когда говорит любой человек, опьяненный гневом, – это не человек говорит, это его гнев говорит. Такой человек даже может убить сам себя. Если разгневанный человек говорит вам что-то плохое, то ничего особенного в этом нет. Поэтому, когда муж злится, говорит: «Я тебя не люблю!» – это не значит, что он вас не любит. Это гнев говорит. Глупая жена в этом случае сразу решает: «Он мне так сказал. Said, что не любит. Все. Завтра подам на развод». Так не надо поступать. Если женщина говорит: «Я уйду», – это ее гнев говорит, что она уйдет. Куда она уйдет? Потом муж думает: «Наверное, у нее есть парень». Он придумывает разные ситуации, всю ночь не спит, ее телефон смотрит: «А! Все, у нее есть парень!» Это глупо. Поэтому я говорю, что многие ваши семейные проблемы вы создаете на пустом месте. И если у вас чуть-чуть меняется образ мышления, то сразу проблемы нет. Если вы будете читать молитвы, то так эту проблему не решите. Даже если я буду вам с колокольчиком молитвы читать, эта проблема не сможет разрешиться. Только вы сами можете себе помочь – если ваш образ мышления чуть-чуть изменится, и вы станете думать немного мудрее, немного шире, то сразу проблема исчезнет.

Много лет назад в Калмыкии ко мне подошла одна бабушка и сказала: «Геше-ла, другие люди говорят обо мне очень много всего плохого. Пожалуйста, прочитайте такие мантры, чтобы они закрыли свои рты!» Я ей сказал: «У меня нет таких мантр, но я могу вам что-то сказать, что будет для вас более полезно и поможет закрыть их рты». Она сказала: «Ну, пожалуйста, скажите мне, что я могу сделать, чтобы они больше не говорили обо мне плохо!» Я ей сказал: «Я могу вам посоветовать что-то такое, что не закроет рты всех людей, но при этом многие люди закроют свои рты». Она спросила: «А что же это?» Я ей сказал: «С этого момента перестаньте говорить что-либо плохое о других людях. Что бы они ни говорили, не отвечайте им и никогда не говорите плохо о других. Не сдавайтесь. Все время старайтесь. Делайте именно так и в следующий раз, когда я приеду, мы поговорим с вами». Вот такой совет – это как лекарство, и это лекарство надо принимать постоянно, тогда будет результат. Если в первый день вы принимаете лекарство, а на второй день нет, то какой будет результат? Любое лекарство надо принимать постоянно. Вы так много получили буддийских лекарств! Но вы их принимаете чуть-чуть, а постоянно не принимаете. Поэтому они не действуют, и вы начинаете принимать другие лекарства, но они тоже не действуют. Так поступать неправильно. Если же любой, пусть даже простой совет Учителя вы выполняете каждый день, постоянно, то у вас будет результат.

Эта бабушка мне поверила. Шесть месяцев она никому ничего плохого не говорила. Даже когда ей было очень не по себе, она не говорила людям ничего плохого. Потом я с ней

встретился и спросил: «Бабушка, как ситуация сейчас?» – «О! Геше-ла, намного лучше стало!» И я ей сказал, что на самом деле эти слова доходят до вас не откуда-то снаружи. Это эхо ваших собственных слов. Вы говорите что-то другим людям, им это не нравится и тогда они вам отвечают. Это в большинстве случаев так, очень редко бывает, что вы ничего плохого не говорите, а люди говорят вам что-то плохое. Это исключение. Нормальные люди, если вы им ничего плохого не говорите, не ответят вам плохими словами. А ненормальные люди ничего не могут поделать, поскольку они сами ненормальные. Но в этой ситуации вам нужно понимать, что это очень хорошо для развития вашего терпения, поскольку вы ничего не можете сделать. Они даже Будду будут критиковать. Их ум ненормальный. Они будут говорить: «Будда, вы такой-сякой». Они не могут жить, не рассматривая ошибок других. Это эксклюзив. Даже во времена Будды, когда Будда никому не говорил ни одного плохого слова, но все равно некоторые люди его критиковали, даже плевали в него. Это ненормальные люди, а средне нормальные люди, если вы им ничего плохого не говорите, не будут говорить вам что-то плохое. Некоторые такие ситуации возникают у вас с этими людьми из-за ваших кармических связей из предыдущих жизней. Кармические отпечатки существуют – если вы в прошлой жизни сказали им что-то плохое, то без выбора они должны сказать вам что-то плохое. Без причины результат невозможен. В прошлой жизни вы сказали слова, которые слышите в этой жизни. И все это ваше эго, эти проблемы возникают из-за него.

И поэтому, кто бы на вас ни злился, никогда не злитесь в ответ. Это ваш первый акт ненасилия. Вам нужно понимать, что месть – это глупо. Когда вы прощаете, вы говорите: «Ну, ладно. Я тебя прощаю». Это же слабость человека – злиться. Не замечайте этого. Так поступают мудрые люди. Что бы они ни говорили, не замечайте этого, не принимайте всерьез. Не думайте: «Почему же они говорят обо мне плохо?» Во времена Будды были те, кто говорил плохо о Будде. Сейчас Его Святейшество Далай-лама полностью посвящает себя служению другим людям, но все равно есть группа людей, которые говорят плохо о Его Святейшестве Далай-ламе. И поэтому, если кто-то отзывается плохо о вас, то вас это не должно шокировать. Не говорите: «Он обо мне так плохо сказал!» Скажите так: «У меня есть все эти ошибки. Он правильно сказал. Спасибо большое! У меня есть восемьдесят процентов ошибок, но, возможно, есть также двадцать процентов хорошего. Правильно сказал!» Поэтому, на что здесь обижаться? На вашем лице есть черное пятно и какой-то человек говорит: «На вашем лице есть черное пятно». Вы начинаете злиться, всю ночь не спите. Это означает, что вы глупы. Скажите: «Спасибо. Я этого не заметил». Помойте лицо и все.

Далее, второй акт ненасилия. Он похож на первый и звучит так: «Если вас ругают, не ругайте в ответ». Третий акт ненасилия: «Если вас критикуют, не критикуйте в ответ». И четвертый акт ненасилия: «Даже если вас бьют, не бейте в ответ». Существует закон. Если вас бьют, и вы в ответ тоже бьете, то вы нарушаете закон. С мирской точки зрения это тоже неправильно. Спросите своего адвоката: «Если меня бьют, и я бью в ответ, это нормально?» Он ответит: «Если он тебя бьет, то для этого есть закон. Если ты бьешь в ответ, то ты тоже нарушаешь закон». Адвокат тоже скажет, что это неправильно. Так, в буддизме говорится, что даже если вас бьют, то есть закон. Не развращайте людей, но при этом не бейте их в ответ. Это четыре акта ненасилия. Следуйте им в своей повседневной жизни, и вы изменитесь. Обет – это практика, и не думайте, что для вас это какое-то наказание. Раньше я думал, что обет – это какой-то запрет. Нет, это не так. Обет – это как что-то очень важное, это обещание, что каждый день вы будете так поступать. Это очень важно, поэтому Учитель говорит: «Пообещай мне». Врач после осмотра тела и установления болезни говорит больному: «Пообещай мне, что каждый день ты будешь принимать это лекарство, тогда я дам его тебе. Если ты не будешь принимать его каждый день, тогда я тебе его не дам». Вот так строго врачи тоже говорят. Потому что это лекарство очень полезное, и его нужно

принимать каждый день, тогда будет результат. Это называется «обет». И тогда в вашей жизни начнутся перемены. Не думайте, что вы занимаетесь чем-то духовным, и благодаря этому откуда-то из пространства вам явятся божества и сделают что-то особенное для вас. Это невозможно. Сам Будда говорил: «Я не могу избавить живых существ от страданий так же, как могу достать занозу у них из ноги. Я не могу очистить живых существ от негативной кармы, поливая нектаром их тело. Я не могу передать им свои реализации так же, как делают подарки. Только указывая путь к освобождению, я могу принести благо живым существам». Поэтому на пути вашей жизни другие могут указать вам путь, они могут идти вместе с вами, но за вас пройти этот путь они не смогут. Это невозможно. Поэтому вам нужно проявлять инициативу. Не думайте, что кто-то пройдет ваш путь за вас. Это невозможно. А идти вы начинаете, когда принимаете обет прибежища и обещаете, что будете следовать четырем актам ненасилия. Это ваше движение к прогрессу. Это ваша главная практика. Если вы это не принимаете всерьез, а думаете, что какая-то странная медитация для вас самое главное, тогда вы глупые. Подобно тому, как экстрасенс сидит, медитирует, контактирует, и потом получает какие-то особые энергии, – все это ерунда. С самого начала не занимайтесь такой медитацией.

Теперь соедините руки, с сильной решимостью помните о четырех актах ненасилия и думайте: «Если на меня будут злиться, я никогда не буду злиться в ответ». Если вы не можете пообещать, что вообще не будете злиться, то пообещайте, что изо всех сил будете стараться не злиться в ответ. Тогда вы не нарушите этот обет. Его Святейшество Далай-лама говорит, что если в чем-то вы не можете быть уверенными на сто процентов, то обещайте, что будете изо всех сил стараться. «Если на меня кто-то будет злиться, я изо всех сил буду стараться не злиться в ответ. Если меня кто-то будет ругать, я также изо всех сил буду стараться не ругать его в ответ. Если кто-то начнет меня критиковать, я также изо всех сил постараюсь не критиковать этого человека в ответ. Если кто-то меня будет бить, я изо всех сил буду стараться не бить в ответ». Вначале дайте такое обещание, потому что вообще не злиться для вас будет очень трудно.

А теперь соедините руки. Визуализируйте на алтаре Белую Тару, меня также в облике Белой Тары. А над моей головой Его Святейшество Далай-лама в облике Будды Шакьямуни. И когда я буду произносить: «НАМО ГУРУБЭ НАМО БУДДАЯ...», повторяйте за мной и в этот момент визуализируйте, как белый свет исходит изо рта Белой Тары на алтаре, изо рта Будды над моей головой, из моего рта, проникает через ваш рот и остается в вашем сердце в качества обета прибежища. И главный обет – это обет не вредить другим, а также то, что вы будете следовать четырем актам ненасилия. Это ваша практика. Это очень мощная практика. И в этом случае ваш ум станет мирным умом. Если вы приступаете к четырем актам ненасилия, то автоматически ваш ум становится мирным.

Это лучшее лекарство для обретения мирного ума и в этом случае депрессия для вас будет невозможна. А теперь соедините руки и с сильной решительностью повторяйте за мной: «НАМО ГУРУБЭ, НАМО БУДДАЯ, НАМО ДХАРМАЯ, НАМО САНХГАЯ».

А сейчас, для того чтобы получить благословение Белой Тары, принятия одного лишь обета прибежища недостаточно, вам также нужно принять обет бодхичитты. И главный обет бодхичитты – это обет помогать другим. Пообещайте, что изо всех сил будете стараться помогать другим. Это ваша практика. Изо всех сил старайтесь помогать другим, но если не можете помочь, то не вредите другим, и это ваша сущностная практика. Будьте счастливы и также делайте счастливыми других людей. Это ваша практика. Это главная религиозная практика не только в буддизме, но и в других религиях.

Любая религия с этим согласится. Будьте счастливы и делайте счастливыми других людей – это суть религии. Для доброты разницы нет. Нет буддийской доброты, христианской доброты или исламской доброты. Чистота буддийской практики – это чистота христианской

практики и чистота исламской практики, и если встретятся чистые практики разных религий, то они будут самыми лучшими друзьями. Например, недавно встречались Его Святейшество Далай-лама и Десмонд Туту. И это не было похоже на встречу одного буддиста и одного христианина. Между ними нет различий по национальному или религиозному признаку. Они так друг друга любят, шутят, между ними нет никаких границ. Они даже более близки, чем два буддиста или два христианина. Два буддиста говорят: «Наш буддизм, другой буддизм». Христиане тоже делятся. Все христиане разные. Есть много христиан: православные христиане, католики, протестанты. Поэтому у нас нет гармонии. Но когда встречаются эти два великих мастера, то они встречаются просто как два человека, которые знают цену доброты. Поэтому нет границ, они шутят друг с другом.

Итак, визуализируйте на алтаре Белую Тару и меня в облике Белой Тары, а над моей головой – Его Святейшество Далай-ламу в облике Будды Шакьямуни. Когда я буду произносить слова на тибетском языке, повторяйте их за мной. И в этот момент белый свет исходит из рта Белой Тары на алтаре, из рта Будды над моей головой, из моего рта, проникает через ваш рот и остается в вашем сердце в качестве обета бодхичитты – обета помогать другим. И скажите: «С этого момента я из всех сил буду стараться помогать другим людям. Это мое обещание. Если это возможно, то я буду стараться заботиться о других больше, чем о себе. Но если это трудно, то, как минимум, с этого момента я буду думать, что я и другие одинаково важны». Эта философия очень важна. Думайте так: «Как же я могу считать себя самым главным? Я и другие одинаково хотим счастья и не хотим страдать, поэтому я и другие одинаково важны. Я не главный. Что особенного в том, что «я главный»? Поэтому с сегодняшнего дня я буду думать: «Я и другие одинаково важны. И никогда не буду думать, что я – самый главный. Мы все главные». А теперь соедините руки и повторяйте за мной:

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

Будьте такими добрыми все время. Когда вы любите других и желаете им счастья, то не думайте, что вы оказываете большую услугу другим людям. На самом деле, когда вы любите других, то благодаря вашей любви к другим вы обретаете больше преимуществ. Первое преимущество: благодаря вашей любви к другим, ваш иммунитет становится крепким, и нет ни одного ученого, который бы не согласился с этим. Второе: благодаря вашей любви к другим ваш характер становится мягким. Когда ваш характер становится мягким, то для вас это самое приятное. Например, когда вы спите и укрываетесь мягким одеялом, то, как вам приятно! Ну, а если всю ночь вы спите, укрываясь грубым одеялом, на грубой подушке, то всю ночь будете страдать, потому что все это грубое. Так же, нет ни одного человека, который обладал бы тяжелым характером и был счастлив из-за этого. Посмотрите, все, у кого тяжелый, грубый характер, несчастливы. Нет ни одного человека с грубым характером, который бы спокойно спал. И также нет ни одного человека с мягким, добрым характером, который бы беспокойно спал. Люди с добрым и мягким характером спокойны, дышат медленно, кушают медленно, медленно пьют, долго живут. Например, кролики. Почему кролики умирают быстро? Потому что у них быстрые движения. Те, у кого быстрые движения, как говорит наука, быстро умирают. Почему черепахи живут очень долго? Потому что они очень медленные. Спокойные, медлительные существа живут долго. А кролик быстро бегаем туда-сюда и быстро умирает. Это такой механизм. То, о чем я говорю, это не буддийское открытие, это научное открытие. Это правда. Буддизм с этим согласен. У тех, кто тяжело дышит, всю ночь спать не может, тяжелый характер. А мягкий, спокойный человек все обдумывает заранее, действует по плану шаг за шагом, и получает большой результат. У здоровых, спокойных людей много времени. Это мудрые люди. Люди

с тяжелым характером делают все не вовремя. Что придет в голову, сразу кидаются делать, а потом говорят: «Ты виноват. Из-за тебя у меня не получается». Сам несчастлив и все люди вокруг несчастливы. Это ошибка. Это на сто процентов ошибка. Это видно. И поэтому благодаря любви к другим вы обретаете мягкий характер и для вас это преимущество. А как вы можете любить других? Сохраняя чистое видение.

Поэтому я говорю, что для вас чистое видение – это очень важно. Если у вас всегда чистое видение, то вы всех можете любить. Даже злого духа можно любить. Если вы любите злого духа, то он, чувствуя вашу любовь, будет для вас самым лучшим другом. Например, злой дух на кладбище, видя вашу любовь, заботу о нем, скажет вам: «Я отдам свою жизнь ради тебя». Такое часто встречается среди тибетцев. Когда йогины медитируют в горах, приходят духи. Вначале они немного вредят. Но йогины любят этих духов больше, чем себя, спрашивают их: «Что вам нужно? Чего вы хотите? Я дам вам все, что вы хотите». Духи видят их доброту и плачут: «С сегодняшнего дня мы больше не будем вам вредить. Мы будем делать все, что вы скажете», и они становятся учениками этих йогинь. Миларепа говорит: «Духи очень надежные, более надежные, чем люди. Человек говорит красиво, обещает, а потом забывает. Духи вначале не обещают, у них тяжелый характер, но когда они обещают, то держат слово». Это слова Миларепы.

Далее, благодаря любви и состраданию вы будете счастливы жизнь за жизнью. И поэтому, что касается того обета, который вы только что приняли, изо всех сил старайтесь помогать другим и думайте так: «Я и другие одинаково важны». Никогда не забывайте об этом обете. Никогда не держите обиды в своем уме, это яд. Надо забывать плохое. Тогда, если к вам кто-то придет и скажет: «Простите меня», вы скажете: «О чем вы говорите? Я этого не помню. Что ты сделал мне плохого? Я не помню». Тогда вы – мудрый человек. А сейчас, если кто-то к вам подходит и говорит: «Простите меня за такую-то и такую-то ошибку», вы говорите: «Не только это. Два года назад вы сделали еще то-то». У вас полный перечень, вы все записываете: «Три года назад, в декабре, тринадцатого числа в двадцать часов пятнадцать минут он мне так-то сказал». У вас феноменальная память на это. Потом вы мне говорите: «Геше-ла, у меня плохая память». Но если я спрошу у вас: «Какие ошибки сделал ваш муж?» Вы целый список предъявите – такая хорошая память! А если я попрошу: «Перечислите мне пункты Ламрима», то вы сразу: «У меня плохая память. Я не знаю». А ошибки мужа помните очень хорошо. Мужчины такие же. Не думайте, что только женщины такие. Вы все одинаковы. Если я спрошу об ошибках вашей жены, вы также скажите: «Ту-ту-ту...». Поэтому между мужчиной и женщиной разницы нет. Омрачения в уме одинаковы. Тело только немного отличается. Я так думаю, что между мужчинами и женщинами разницы нет. У одних немного тело худое, у других оно немного полнее, но ум одинаковый, разницы нет. Поэтому злопамятность нужно устранить.

Почему у вас такая феноменальная злопамятность, а хорошая память очень слабая? Здесь должен быть механизм. Не так, что это создал Бог. Если я спрошу кого-то: «Почему это так?» – «Это Бог так создал!» – «Почему Бог так создал?» – «Наверное, он думает, что так будет хорошо!» Так нехорошо, из-за этого людям бывает плохо. Тогда я буду жаловаться Богу: «Почему ты так неправильно создал систему? Если бы у меня не было такой системы, я бы так не страдал». Это причина, по которой в буддизме говорится о том, что создателя этой системы нет, вы сами являетесь ее создателем. Вы – творцы своего будущего. То, кем вы будете в будущем, на восемьдесят процентов зависит от вас и на двадцать процентов от внешних условий. Поэтому ваши действия очень важны. И поэтому очень важно все время быть добрым.

Я забыл рассказать вам о механизме. Я хотел рассказать, почему у вас злопамятность феноменальна, а доброй памяти нет. Здесь дело в том, что если о вас кто-то сказал что-то

плохое, то вы все время продолжаете думать об этом, вспоминать и в этом состоит механизм. Вы медитируете на вещи, о которых они сказали. Привыкание или обдумывание этих положений называется «медитацией». «Он обо мне так сказал, а он обо мне так сказал», – каждый день вы об этом думаете, думаете, и потом злая память становится феноменальной. Хорошие вещи, о которых я вам говорил, вы забыли, как только отсюда вышли. Почему? Потому что вы не думаете об этом. Не думаете, что это важно в вашей жизни. Об очень полезных вещах вы постоянно не думаете, а о вредных вещах вы думаете постоянно. Обо всем вредном, злом вы думаете, думаете, и поэтому у вас такая феноменальная злая память. А все полезные вещи вы забываете. Почему? Потому что вы не думаете, что это полезно в вашей жизни. Вам непривычен такой образ мысли. Поэтому у вас плохая добрая память. Поэтому вам со своей стороны нужно проявить инициативу, подумать: «Если кто-то обо мне скажет что-то плохое, то я не буду вспоминать об этом, даже не замечу этого. Даже о святых людях говорят плохо. Поэтому, если обо мне говорят плохо, это не имеет значения. Они так говорят, потому что ненормальные». А вот о полезных вещах, которые они говорят, о чем-то добром, что они делают, никогда не забываете. Думайте так: «Он мне так много доброго сделал. Год назад он мне так-то сделал. Два года назад он мне так-то сделал. Десять лет назад, когда у меня не было футболки, он дал мне футболку. Я этого никогда не забуду. Двадцать лет назад, когда я был студентом, у меня не было денег на билет, и он мне дал сто рублей. Я этого никогда не забуду. Однажды я верну ему его доброту». Вот так надо думать. Тогда голова будет нормальной. А сейчас вы добрых дел не замечаете. Это ненормальный, больной ум.

Теперь соедините руки, и повторяйте за мной просьбу о даровании благословения тела: «ДЖЕЦЮН ПАГМА ДОЛМА ДАЛА КУИ ЧЕНЛАБ САМО ЦЕДУСОЛЬ»

Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте на алтаре Белую Тару, меня также в облике Белой Тары. Из нашей области лба исходит белый свет и нектар, он наполняет ваше тело и очищает большое количество негативной кармы, созданной вашим телом, благословляет ваше тело и закладывает семя тела Будды. Чтобы очиститься от негативной кармы, созданной вашим телом, вам необходимо применить четыре противоядия. Первое противоядие – это сожаление о той негативной карме, которую вы создали. Это самый важный фактор. Второе – это опора на Тару. Полагайтесь на Белую Тару, просите: «Пожалуйста, помогите мне очиститься от негативной кармы». Далее, третий фактор – это визуализация того, о чем я говорю с сильными чувствами любви и сострадания. Если у вас есть понимание пустоты, то это самое лучшее противоядие. Далее, четвертое – это решимость больше такого не повторять. И когда присутствуют все четыре противоядия, то нет такой негативной кармы, которую вы не смогли бы очистить.

Теперь выполняйте эту визуализацию. Эти отпечатки негативной кармы в настоящий момент пребывают в вашем уме, и если вы от них не очиститесь, то они станут прямыми причинами ваших страданий. Теперь выполняйте эту визуализацию.

А теперь просьба о даровании благословения речи:

«ДЖЕЦЮН ПАГМА ДОЛМА ДАЛА СУНГИ ЧЕНЛАБ САМО ЦЕДУСОЛЬ»

Сейчас, когда я буду произносить мантру и звонить в колокольчик, визуализируйте на алтаре Белую Тару и меня в облике Белой Тары. Из нашей области 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. Итак, сожаление – это очень важно. Ваш длинный язык произнес очень много плохого о людях и поэтому скажите: «С этого момента я не буду говорить ничего плохого ни о ком». А теперь соедините руки.

Теперь просьба о благословении ума:

«ДЖЕЦЮН ПАГМА ДОЛМА ДАЛА ТУГИ ЧЕНЛАБ САМО ЦЕДУСОЛЬ»

Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, вы также визуализируйте Белую Тару на алтаре и меня в облике Белой Тары. Из нашей области сердца исходит синий свет и нектар, наполняет ваше тело и очищает большое количество негативной кармы, созданной вашим умом, и также благословляет ваш ум и закладывает семя ума Будды в вашем уме. Поскольку Тара – это божество активности, в конце загадайте одно мирское желание. Поскольку мы живем в материальном мире, материальные желания для нас также важны. Но не думайте, что это источник вашего счастья. Это для того, чтобы вы просто выжили. Загадайте одно такое желание. Я знаю, что у вас очень много мирских желаний, но выберите какое-то одно из них. Тара говорит: «Если вы полагаетесь на меня на сто процентов и хотите ребенка, то у вас появится ребенок. Если вы просите о богатстве, имуществе и полагаетесь на меня на сто процентов, то также получите богатство и имущество. И также, если вы хотите мужа или жену и полагаетесь на меня на сто процентов, то обретете мужа или жену». Но это не означает, что вы можете помолиться Таре и больше ничего не делать. Чтобы ваше желание осуществилось, вам тоже нужно что-то делать. Причину нужно создавать вам, а с условиями помогут вам они – божества. А теперь соедините руки. Сейчас в первую очередь важно очищение негативной кармы ума, а не сразу же мирское желание. Итак, выберете какое-то одно желание.

А теперь просьба о благословении тела, речи и ума вместе:

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

Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, вы также 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, наполняют ваше тело, очищают большое количество негативной кармы, созданной вашими телом, речью и умом, и укрепляют благословение тела, речи и ума. Так как это последнее благословение, визуализируйте его как следует.

Сейчас я дам вам передачу мантр. Чтобы обрести силу мантры, очень важно, чтобы у вас присутствовало четыре фактора. Если нет этих четырех факторов, то, сколько бы вы ни начитывали мантры, можете даже заниматься этим день и ночь, но эффекта это иметь не будет.

Первый фактор – это передача мантр. Если вы начитываете мантры без передачи, это все равно, что вы выжимаете песок. Так вы не выжмете масла. Далее, второй фактор – это доброта. Какие бы мантры вы ни начитывали, начитывайте их с добрым состоянием ума и тогда обретете силу. А если вы начитываете мантры с эгоистичным умом, то это пустая трата времени. Важно, чтобы у вас в уме была забота о счастье других больше, чем забота о собственном счастье, и тогда мантры будут эффективными.

Далее, третий фактор – это вера. Вам необходима вера в свой собственный потенциал. У вас не должно быть таких мыслей: «Ну, я не знаю, будет ли иметь эффект начитывание мантры или нет», у вас должна быть вера в свой потенциал: «Я могу достичь состояния будды! У меня есть потенциал стать буддой, есть природа будды!» Это очень важная вера. Опытный тренер также вам скажет, что для того, чтобы добиться успеха, в первую очередь необходимо верить в свой потенциал и тогда можно стать хорошим игроком. Он скажет вам: «Верьте в себя!» Если вы в себя не верите и говорите: «Я не могу. У меня ничего нет», то никогда ничего не будет. Надо верить в свой потенциал. Это называется верой. Это не просто такая слепая вера. В свой потенциал надо верить! Итак, верьте в свой собственный

потенциал и также верьте во внешний надежный объект. Вера в свой собственный потенциал, в благие качества своего ума называется Дхармой, принятием прибежища в Дхарме. На нее полагайтесь. Полагайтесь на достойные состояния ума. Полагайтесь на хорошие качества ума. Это называется «прибежище в Дхарме». Благодаря этому вы будете совсем другими. Далее, второе – полагайтесь на внешние надежные объекты – на Будду, божеств. Это прибежище. Прибежище – это не просто слепое состояние. У вас есть очень хорошее основание для того, чтобы принимать прибежище в своих собственных достоинствах ума и также есть очень хорошее основание принимать прибежище во внешних объектах, надежных объектах, полагаться на внешние объекты – на Будду, божеств. Есть очень много хороших оснований для этого. Четыре основания объясняются в Ламриме. И поэтому вера в свой потенциал, вера в силу мантры очень важна. Это третий фактор.

Четвертый фактор – это однонаправленная концентрация. Когда вы читаете мантры, если вы смотрите по сторонам, думаете о чем-то другом, в этом случае четвертый фактор не присутствует. Если вы читаете «Ежедневную молитву», то перед собой визуализируйте божество и начитывайте его мантру, визуализируйте, как из него исходит белый свет и нектар, благословляет вас. Сначала исходит белый, затем красный, потом синий свет, потом все три света вместе очищают, благословляют вас. Вот так медитируйте, начитывайте: «ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ». Не обязательно на четках. «ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ» – это медитация. Это самая лучшая медитация, чем какой-то воображаемый контакт. С помощью этой медитации, во-первых, вы развиваете хорошую концентрацию, не пускаете ум бродить здесь и там, а визуализируете, как свет и нектар очищают вас. Потому что сконцентрироваться на одном объекте вам трудно. Поэтому визуализируйте божество, от него исходит свет и нектар, очищает вас, потом снова от божества идет свет и нектар и вас очищает. То есть во время вашей концентрации есть движение. Ваш ум всегда думает, он привык к движению, поэтому вам нужно использовать движение ума, так как без этого ваш ум не может сконцентрироваться. Вначале вы не можете концентрироваться только на одном объекте, поэтому визуализируйте, как свет и нектар очищает этот один канал. Не пускайте ум бродить здесь и там. Визуализируйте только одно движение – божество, свет и нектар очищает; божество, свет и нектар очищает. Тренируйте свою концентрацию только на этом. Это называется «тренировка». Это очень полезная медитация. С помощью такой медитации, во-первых, концентрация становится лучше; во-вторых, очищается негативная карма; в-третьих, вы будете накапливать много заслуг. У одной этой медитации есть три функции. Это называется «профессионализм». Даже у такой простой медитации есть три результата. Вот такой медитации мой Учитель меня учил, а не тому, как сразу разжигать туммо – внутренний огонь, такая медитация вам пока не подходит.

Так, среди этих четырех факторов, первый зависит от меня, а остальные три зависят от вас. Со своей стороны я дам вам передачу и далее все это будет зависеть полностью от вас. А теперь повторяйте за мной и визуализируйте, как мантра белого света исходит изо рта Белой Тары на алтаре, из моего рта и, проникая через ваш рот, остается в вашем сердце в качестве передачи мантр. С сильной верой 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:

«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 здорового 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 ДЗУГЬЕН ЦОНКАПА
ЛОБСАН ДАГПЕ ЦАВЛА СОЛВАДЕБ».

Теперь мантра Его Святейшества Далай-ламы:
«ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДХАРА ВАГИНДРА СУМАТИ
ШАСАНА ДХАРА САМУНДРА ШРИЕ БХАДРА
САРВА СИДДХИ ХУМ ХУМ».

Так же, куда бы я ни поехал, везде я передаю обет не употреблять алкоголь. И в прошлые времена учение также не передавалось бесплатно. Необходимо платить за учение. Все подлинные мастера прошлого не просили какой-то материальной платы за свое учение. Они говорили, что в знак благодарности за учение вам нужно пообещать что-то. И я также следую этой традиции и хочу попросить вас, пожалуйста, дайте такое обещание, что вы не будете употреблять алкоголь. Это будет самым лучшим подарком для меня. У нас в России одна из главных проблем – это алкоголь. У нас, у русских людей, есть отличная голова. Мы очень богаты землей. Мы самые богатые землей, и тела у нас хорошие, сильные. Почему у нас нет удачи в развитии экономики? Потому что большинство людей пьют водку, и это одна из главных причин. Есть много других причин, но эта – одна из главных причин. И куда бы я ни поехал, я везде прошу людей принять такой обет не употреблять алкоголь, и это будет также вашим хорошим примером молодому поколению. Если я скажу не употреблять алкоголь, потому что это вредно для вашего здоровья, то это недостаточно сильный аргумент, потому что вы все знаете об этом. Поэтому я бы хотел сказать, что это не только вредит вашему здоровью, но также вредно для вашего ума. Наш ум достаточно глупый, у нас достаточно много галлюцинаций, а если вы примете алкоголь, то галлюцинаций станет еще больше. Вы станете еще глупее. Вы и так глупы. Зачем надо делать себя еще глупее? И так у вас галлюцинации. С точки зрения Прасангики Мадхьямаки то, что мы видим – это иллюзия. Реальности вы не видите. Будда говорил: «Вы меня не видите. Вы видите меня как форму, поэтому вы меня не видите». Когда вы увидите мою абсолютную природу, тогда вы меня увидите.

Третье, если вы примете алкоголь, то вы подадите пример другим людям. Мы произошли от обезьян, и до сих пор у нас сохраняется на пятьдесят процентов обезьяний характер. Как поступают обезьяны? Старшие обезьяны прыгают, младшие обезьяны тоже прыгают. Как делают старшие обезьяны, младшие делают точно так же. Поэтому, если вы курите, посмотрите, все молодые тоже будут курить. Это вы их вдохновляете. Тем более, если папа

курит, то сын стопроцентно будет курить. Если мама курит, то дочь тоже будет курить. Поэтому вам надо создать хороший пример ради будущего ваших детей. Ради блага ваших детей вы говорите: «У меня болит, ничего страшного. Мой ум будет глупым. Я могу навредить моим детям. Ради них я не буду пить алкоголь». Русские так говорят: «Если не ради себя, то ради детей, ради бога, ради вашего Учителя не пейте!»

А теперь соедините руки. Те из вас, кто раньше принимал обет, примите его снова. Обет станет сильнее. А те, кто принимает обет впервые, очень хорошо, примите этот обет. Сейчас, когда я буду произносить слова, повторяйте их за мной. Визуализируйте, как в этот момент белый свет исходит изо рта Белой Тары на алтаре, изо рта Будды над моей головой, также из моего рта и, проникая через ваш рот, остается в вашем сердце в качестве обета не употреблять алкоголь и наркотики. Эти слова на тибетском языке означают: «Будды и бодхисаттвы трех времен, пожалуйста, послушайте меня! Я по имени такой-то принимаю обет не употреблять алкоголь и наркотики и буду чисто его соблюдать». А теперь повторяйте за мной и на третий раз, когда я щелкну пальцами, почувствуйте, что вы получили этот обет:

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

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 вашу сердечную чакру и с этого момента ваше тело становится храмом, в котором пребывает живая статуя.

Итак, благословение окончено. Завтра утром я уезжаю. До нашей новой встречи будьте счастливы и делайте счастливыми других людей. Это ваша практика. Также не забывайте о четырех актах ненасилия. Теперь ваш характер стал другим и если на вас будет кто-то злиться, вы уже не будете злиться в ответ. У вас нет права злиться, потому что вы пообещали мне. Это ваша плата за мое учение. Я уже принял плату до того, как передал учение. И даже, если вас будут ругать, не ругайте в ответ, потому что вы пообещали мне. Думайте так: «Этот человек – моя мама, и мама геше Тинлея. Геше Тинлей был добр ко мне, поэтому я ей отвечать не буду. У моей мамы голова немного ненормальная. Я ей отвечать не буду». Думайте, что это, как моя мама. Правда, все были моей мамой. Любой человек, который вас критикует, был вашей мамой. Думайте так: «Этот человек один раз был мамой геше Тинлея. Поэтому в благодарность геше Тинлею я ему отвечать не буду». Тогда легко становится. Тогда это также становится преданностью Гуру. Поскольку вы не злитесь в ответ на человека из-за Духовного Наставника, потому что вы пообещали Духовному Наставнику. Это называется «преданность Учителю». Преданность Учителю не обязательно означает сидение около его коленей. Я этого не люблю. Когда вы касаетесь рукой моих коленей, это не преданность Учителю. Даже, наоборот, так не надо делать. Разговаривайте со мной нормально. Слишком кланяться не надо – я этого не люблю. А что надо? Если я сказал, это надо держать обет, значит надо его держать. Все. Скажите себе: «С сегодняшнего дня, так как у меня характер гневливый, я буду контролировать свой гнев. Я обещал». Это практика. Это нелегко, но это очень полезно.

Итак, я дал вам достаточно «бензина» на пять месяцев. Вам его хватит на пять месяцев. Как только этот ваш «бензин» закончится, я приеду к вам снова. В октябре я приеду снова. Каждый год я приезжаю к вам дважды. Поэтому не беспокойтесь. Вам очень повезло. А те из вас, кто хочет приехать на Байкал, добро пожаловать. У нас на Байкале есть ретритный центр. Но если у вас ненормально с умом, если будете создавать проблемы на Байкале, мы вам скажем: «До свидания». Если вы нормальные люди, тогда нет никаких различий между

новыми учениками и старыми учениками. Если у вас слишком тяжелый характер, вы везде кричите, то ради блага большинства, – если вы один и вы мешаете, – тогда мы вам скажем: «Пожалуйста, уходи отсюда. Это не твое место. Здесь никто тебе отвечать не будет. Тебе нравятся другие группы, в которых в ответ ругают, пожалуйста, поезжай туда, кричи. Мы здесь тихо сидим. Все скромные. Занимаемся своими делами». Вот так.

Я молюсь обо всем наилучшем в вашей жизни, об успехе в вашей практике. Итак, увидимся вскоре с вами в будущем.