

Добрый вечер. Я очень рад вас всех видеть сегодня здесь – на благословении Манджушри. Как обычно, вначале самое важное – породить правильную мотивацию. Итак, получайте благословение Манджушри с мотивацией укротить свой ум, с мотивацией достичь состояния будды на благо всех живых существ. Когда с такой мотивацией вы получаете благословение, оно становится более мощным. Если вы получаете благословение только ради успеха в этой жизни, ради устранения препятствий, устранения болезней, то это недостаточная мотивация. Если вы получаете благословение для укрощения ума и для достижения состояния будды на благо всех живых существ, то все эти вещи придут автоматически. Поэтому вам не нужно как-то специально делать упор на делах этой жизни.

Чтобы было даровано благословение Манджушри, в первую очередь я объясню вам, кто является божеством Манджушри. Манджушри – это божество, божество мудрости. Аспект мудрости Будды, явленный в облике божества, – это тот, кто зовется «Манджушри». Главная цель божества Манджушри заключается в том, что когда вы опираетесь на божество Манджушри, устанавливаете связь с этим божеством, то оно помогает вам, главным образом, развить мудрость. Это главное благо. Что касается устранения препятствий для успеха, то все это приходит к вам само собой, но главное – это дарование мудрости. Теперь, чтобы было даровано благословение Манджушри, очень важно, чтобы прошло два процесса – один со стороны Духовного Наставника, а другой со стороны учеников.

Со стороны Духовного Наставника необходимо провести особый ритуал призывания божества – это я уже сделал перед вашим приходом. И хотя вы не видите этого, но на сто процентов здесь присутствует божество Манджушри, вам нужно понимать это. Насколько вы обретете благо в силу этого благословения, зависит от вашей веры. Если ваша вера стопроцентная, то вы получите стопроцентное благо. Если вера на пятьдесят процентов, то и блага вы тоже получите на пятьдесят процентов. Десять процентов веры соответственно дадут вам десять процентов благословения. Как минимум, десяти процентное благословение вы получите, поскольку, если бы у вас не было веры на десять процентов, то вы бы сюда не пришли. Поэтому не думайте, что то, что вы сюда сегодня пришли, для вас бессмысленно. На самом деле для вас это очень значимо, очень благотворно. И хотя вы этого не видите, но это оказывает очень большое влияние на вашу жизнь.

Бывает, что в нашей жизни мы не видим, что определенные действия очень важны, но на самом деле они являются важнее, чем какие-то другие действия, которые кажутся нам очень значимыми. Когда вы видите, как горит бумага, то для вас это очевидно, этот огонь очень яркий, но, тем не менее, он не длится долго – это временный фактор. Почему люди гонятся за временными факторами счастья? Потому что эти факторы сразу же дают результат. Они дают быстрый результат, поэтому люди думают, что это очень хорошо, но этот быстрый результат быстро уйдет. Вам нужно понимать этот момент, хотя он для вас и не очевиден. Что касается долговременных факторов счастья, то это увеличение позитивных состояний ума, благословение, установление связи с божеством – это очень важные факторы счастья, но какого-то мгновенного результата они не приносят.

Когда люди пьют водку, то сразу получают результат – все проблемы забывают и думают, что так хорошо действует водка. А благословение, хотя сразу же не дает какого-то хорошего результата, но, тем не менее, постепенно меняет вашу жизнь. В будущем, может быть, спустя несколько жизней, когда вы достигнете высоких духовных реализаций, вы подумаете: «Как же так произошло, что я достиг этих реализаций?» На этот момент у вас будет определенный уровень ясновидения. Вы подумаете: «Как же я такого достиг, благодаря какой базе, какому фундаменту я пришел к этим реализациям?» Например, шахматисты, хорошие игроки в шахматы, когда обретают преимущество, то исследуют его и могут сказать, какой именно ход был таким поворотным моментом и привел их к

преимуществу. И они говорят, например, что это произошло благодаря ходу пешкой: «Я сходил пешкой вот так и благодаря этому я обрел сейчас это преимущество». В нашей жизни есть множество таких важных поворотных моментов. Итак, на тот момент, когда вы подумаете, почему же вы достигли таких реализаций, с помощью ясновидения вы исследуете и увидите: «Несколько жизней назад я родился в России, в Красноярске или в Туве и, живя в России, я однажды в Красноярске получил благословение Манджушри и установил связь с божеством Манджушри. Благодаря этому моя связь жизнь за жизнью становилась все сильнее и сильнее, и так я пришел к этим реализациям».

Итак, это очень важный фактор вашей жизни. Вы не понимаете этого в настоящий момент, но в будущем вы поймете, насколько он важен. Так, для тех из вас, у кого есть вера, скажем, на десять процентов, я хотел бы попросить вас увеличить вашу веру минимум до пятидесяти процентов. Но не переживайте, я не злоупотреблю вашей верой. Для тех из вас, у кого вера на пятьдесят процентов, я хочу попросить увеличить вашу веру до восьмидесяти процентов. Итак, ваша вера очень важна. Также вам нужно понимать, что вам не нужно быть таким человеком, у которого в любой области сразу возникает вера, это тоже была бы ошибка. В первую очередь очень важно исследовать. И если у вас порождается вера в правильном направлении, то в этом для вас будет большое преимущество. А если у вас породится вера во что-то ложное, то это может быть опасно.

Что касается веры, то когда я впервые приехал в Россию, я подумал, что здесь живут очень логические люди, и вера у них не возникает слишком просто. Я думал, что вы очень логические люди. Я слышал, что люди говорили: «Мы современные люди, у нас вера не порождается слишком просто». И я подумал, что это очень хорошо. Но когда я вас проверил, то увидел, что, когда вас кто-то хочет обмануть, здесь у вас вера появляется очень легко. Где же ваша логика в это время? Например, когда «МММ» говорит, что, если вы вложите деньги, то получите в три раза больше спустя три месяца, где же ваша логика в это время?

Если эта компания будет платить такие проценты, то обанкротится. Это логический вывод. Зачем говорить другим людям, что они должны отдать свои деньги? В этом нет логики. Итак, если кто-то хочет вас обмануть, то обмануть вас очень легко. Сколько раз вас обманывали в вашей жизни, потому что вы верили во что-то ложное! А когда для вас что-то полезно, то здесь вы говорите: «Нет-нет, мне все еще недостаточно доказательств». Ваша логика оказалась такой, что если вам что-то нравится, то в этом случае у вас легко порождается вера, не нужно слишком использовать логику, стоит, лишь предложить вам это, и вы сразу же соглашаетесь, говорите: «Да-да-да», потому что вам это нравится. Но если вам что-то не нравится, тогда вам доказать этот момент очень сложно. Большинство людей принимают что-то или не принимают, на основании того, нравится им это или не нравится. Если что-то связано с вашим эго и достаточно приятно для вашего эго, то вы сразу же принимаете это, потому что вам это нравится. Если что-то не очень приятно для вашего эго, то вам трудно принять это. Когда я говорю что-то, то стараюсь разрушить ваше эго. Поэтому вам трудно принять то, о чем я говорю. Сколько всего я людям говорю, а они потом еле-еле соглашаются: «Ладно, Геше-ла». Вам нужно понять, что эго – ваш худший враг. Кажется, будто оно делает что-то полезное для вас, но в действительности оно никогда не делало ничего хорошего. Ваш худший враг – это эго и омрачения. Это ваш долговременный фактор страдания. И сегодня, когда вы получаете благословение Манджушри, обращайтесь к божеству Манджушри с просьбой: «Пожалуйста, уничтожьте этот мой долговременный фактор страдания».

Теперь, чтобы получить благословение Манджушри, одной лишь веры с вашей стороны недостаточно, также вам необходимо обладать чистым видением. В буддизме говорится, что

и в повседневной жизни чистое видение очень важно. Чистое видение – это позитивный подход. Например, вы могли видеть мультяшного Лунтика, он настроен очень позитивно и придерживается такого чистого видения по отношению ко всем. В результате он всегда счастлив. Я также стараюсь сохранять чистое видение. Это очень полезно. Даже если человек начинает говорить что-то плохое, я думаю: «В этой ситуации сейчас он ненормален, но когда он в нормальном состоянии, он такого не скажет». Любимый человек, когда он в ненормальном состоянии, может сказать кому-то что-то плохое, а потом, когда он становится немного нормальнее, ему стыдно. Поэтому, если кто-то говорит о вас что-то плохое, не принимайте это слишком серьезно, потому что в данный момент этот человек ненормальный.

Когда человек пребывает в ненормальном состоянии, он может даже убить себя. Итак, кто бы ни говорил что-либо плохое, в этот момент этот человек ненормален и сам является несчастным. И в этот момент на основе одной лишь этой причины не говорите, что он плохой или она плохая. Это неправильно. Итак, что вам нужно сделать? Все хорошее, что они по отношению к вам сделали, никогда не забывайте, а что касается ошибок, то не беспокойтесь о них, простите и забудьте.

Разница между мудрым и глупым состоит в том, что мудрый человек никогда не забывает доброту, которую проявили по отношению к нему другие люди. А глупец доброту забывает очень быстро. Мудрые даже не замечают вреда, который причиняют им другие люди. Глупец никогда не забывает даже малейшего вреда, причиненного другими. Теперь используйте свои мозги и проанализируйте такой момент, что мудрый человек, который даже не замечает вреда, причиняемого ему другими, всегда очень счастлив, и это совершенно ясно. Лунтик ничего не замечает, поэтому он всегда счастлив. Другой человек с тяжелым характером один раз что-то в свой адрес неправильное услышит и сидит всю ночь, думает: «Зачем он мне так сказал?» Этот человек несчастлив. Это явно, это логично. Глупый человек услышит какое-то одно дурное слово, потом держит его в своем уме и все время несчастен, даже не может спать нормально. Это как принятие яда. Злопамятность также вредна и для вашего здоровья. В наши дни ученые исследовали этот вопрос и увидели, что те люди, у которых сильна злопамятность, имеют очень плохое здоровье. Злопамятных людей лечить очень трудно. Это наука доказала. Те, у кого память добрая, легко выздоравливают. Почему? Потому что у них здоровый ум. Так сказал Будда. Сейчас ученые посмотрели и говорят, что это на сто процентов правильно. Это доказательство. Учение Будды – это не просто догма, это наука ума. Поэтому для вас очень важно сохранять чистое видение, вы обретете преимущество благодаря этому. Куда бы вы ни направились, сохраняйте позитивный настрой, думайте, что все мы одинаковые люди и тогда вы будете счастливы везде.

Куда бы я ни поехал в России, мне везде удобно. Я всегда думаю о том, что я – один человек встречаю другого человека. У меня нет таких мыслей, что я тибетец, что у меня узкие глаза. Такого нет. Мы все люди. Вы тоже человек. Я не вижу разницы – один человек, другой человек. Я даже не думаю о себе как о буддисте. Если у меня такой здоровый образ мыслей, то я счастлив. Если они обретут такой здоровый образ мыслей, то и они будут счастливы. Даже наций, таких как русские, американцы, тоже нет. В Европе я также со всеми людьми разговариваю как человек. Поэтому везде у меня есть друзья. Это очень важно.

В конце концов, мы все просто люди, не только русские. Может быть, Андрею не очень интересен этот момент, потому что у него есть такая очень сильная «идея фикс», что он русский. «Мы русские самые лучшие», – так тоже не надо думать, это неправильно. Зачем так думать? Так не надо. Все люди одинаковы. Такая открытость ума очень важна. В буддизме говорится, что недостаточно иметь даже такие мысли, что все мы люди. Нужно

думать, что все мы живые существа. То есть думать, что мы люди – это тоже говорит об определенных границах. Тогда мы начинаем говорить, что очень важны права человека, а что касается прав животных, то они не имеют значения. Это тоже для нас такой ограниченный, узкий образ мышления. Даже некоторые религии говорят: «Человек – это самое главное, а курица и другие животные – их бог создал ради человека». Это тоже неправильно. Это тоже узкий ум. Поэтому права животных также очень важны. Поскольку мы, люди, хотим счастья, мы должны понимать, что и у всех живых существ есть точно такие же права. Уважать чувства всех живых существ – это самое главное, и это старался проповедовать Будда. Необходимо такое чистое видение, что мы все – живые существа, и мы все должны быть счастливы. Это очень важное чистое видение.

В особенности сегодня, здесь, когда вы получаете благословение, важно представить это помещение не обычным помещением, а мандалой Манджушри. Мандала – это резиденция божества, и в этой мандале визуализируйте двух божеств Манджушри. Один располагается на алтаре. И также меня визуализируйте в облике Манджушри. Это очень важный фундамент, который вам необходимо создать, тогда благословение будет очень благотворным. Первое – это доброе состояние ума, второе – это вера в силу божества. Третье – это чистое видение. Если с этими тремя состояниями вы получаете благословение, то благословение станет очень полезным.

Теперь, чтобы получить благословение Манджушри, в первую очередь, вам нужно принять обет прибежища. И главный обет прибежища – это обет не вредить другим. С того момента, как вы принимаете обет, что не будете вредить ни одному живому существу, и пойдете по пути ненасилия, который указал Будда, вы становитесь настоящим последователем Будды. А если вы продолжаете вредить другим, то даже если вы говорите: «Я буддист», вы вовсе не являетесь буддистом. Если вы вступаете на путь ненасилия и не причиняете вреда другим, держите обет не вредить другим, то даже если вы не называете себя буддистом, вы становитесь настоящим буддистом. Это все состояние вашего ума. Некоторые люди в нашем мире называют себя буддистами, но не являются буддистами, а некоторые ученые говорят: «Я не буддист», но на самом деле являются буддистами. Потому что они знают, что не вредить другим очень важно, и они принимают обет, держат этот обет, а когда встречаются с другими людьми, говорят: «Я не буддист». Но на самом деле они являются буддистами.

Итак, визуализируйте на алтаре Манджушри, также меня в облике Манджушри. Над моей головой – Его Святейшество Далай-лама в облике Будды Шакьямуни. И когда я буду произносить «НАМО ГУРУБЭ НАМО БУДДАЯ...», повторяйте за мной. В этот момент визуализируйте, как белый свет исходит изо рта Манджушри на алтаре, изо рта Будды над моей головой, из моего рта и, проникая через ваш рот, остается в вашем сердце в качестве обета не вредить другим, обета прибежища. Этот обет на самом деле самая лучшая защита в вашей жизни. Такая защита не похожа на благословенный шнурок. Вы можете взять несколько благословенных шнурков, чтобы поделиться с другими людьми. Но такую защиту вы можете обрести только самостоятельно. Эффект от этого просто невероятный. Например, ночью, если вы отправитесь на кладбище, то вредоносные духи ничего не смогут с вами сделать благодаря наличию такого обета.

На сто процентов злые духи не смогут вам навредить, если вы приняли такой обет. Если вы пойдете на кладбище, то дух вас там не увидит. И если с таким обетом вы попадете в аварию, то у вас не будет никаких проблем, я точно могу вам сказать. Я могу сказать, что этот обет обладает невероятной мощью. Если кто-то будет насылать на вас порчу, то эта порча не сработает, не переживайте об этом. Порча существует, я знаю, потому что негативные силы существуют, но наряду с этим существуют также и позитивные силы в нашем мире. Что касается порчи и негативных сил, то они появляются у людей благодаря

связи с вредоносными духами. Человек, который занимается порчей, связан со злыми духами. В конце концов, эти люди очень тяжело умирают. Потому что злой дух – это злой дух. В конце концов, они не дают покоя тем, кто пользуется их помощью. Вначале немного помогают, но потом вы будете очень тяжело умирать, а когда умрете, будете слугой этого духа.

Если у вас есть связь с божеством, то благодаря божеству жизнь за жизнью вы будете обретать хороший результат. Некоторые говорят, что буддисты не верят в бога. Но это неправда, буддисты верят в бога. Вам нужно понимать один момент, что буддисты не верят в такого бога, который является творцом всего вокруг. В это буддисты не верят, потому что это невозможно. Будда говорил, что если бы существовал бог, который является творцом всего сущего, то он бы с самого начала сотворил все безупречно, зачем бы ему потребовалось вначале создавать проблемы, а потом помогать людям?

Так, если вы скажете, что бог является творцом всего вокруг, то это критика в адрес бога. Потому что существа страдают, мало есть счастливых живых существ, а кто создал все эти проблемы? Бог. Если вы говорите, что все создал бог, тогда бог создал и все проблемы. Это не будет похвалой богу. О чем говорится в буддизме? Ваши причины счастья создать нужно вам самим, и никто другой не может создать причин вашего счастья – это невозможно. Эти причины подобны семенам, а далее вы зависите от условий. Семена вы создаете, сеете их в почву, но для того чтобы эти семена проросли, необходимы специальные условия – полив водой, удобрения, и с этими условиями вам могут помочь божества. Когда говорится, что бог может вам помочь, то речь идет о создании условий, а когда говорится, что все в ваших руках, то речь идет о создании причин. Поэтому здесь нет противоречия.

Итак, тот обет прибежища, который вы получаете, очень важен, он будет защищать вас жизнь за жизнью. После этого каждый день вам нужно быть очень осторожными – не причинять вреда другим и в чистоте соблюдать этот обет. Если вы уже чуть было ни сказали что-то плохое в адрес другого человека, остановите себя, закройте свой рот – это ваша практика. Вначале ваша практика – это чего-то не делать. Вначале, если вы чего-то не будете делать, это будет очень важно, а затем вы будете что-то делать. Например, в семье, когда вредная мама заснула, и дети уже почти было разбудили ее, отец скажет: «Подождите, не будите, пускай она поспит». Когда такая мама спит, всем спокойно. Вначале мы все такие вредные, поэтому не причинять вреда другим – это наша лучшая практика. Затем, когда мы становимся позитивными, нам нужно быть активными.

Теперь соедините руки. Итак, этот обет в виде белого света исходит из наших ртов, проникает через ваш рот и остается в вашем сердце в качестве защиты. И вы обращаетесь с просьбой: «Будды и божества, пожалуйста, защищайте меня жизнь за жизнью. Вы – мои объекты прибежища, я буду следовать вашим советам. Ваш первый самый главный совет – никому не вредить я буду стараться выполнять изо всех сил». Также это лучший подарок для меня. Теперь соедините руки. Передача обета.

Теперь вы под защитой, это очень важно. Много лет назад один тибетец в Индии занялся бизнесом с одним индийцем. И когда они получили выручку, индиец не поделился, как полагается, этой выручкой, и у них завязался спор. Индиец сказал: «У меня есть знакомый саду, который умеет наводить порчу, я найду на тебя порчу». Тибетец сказал: «Я не боюсь порчи, нужно делиться честно, поровну». Друг индийца – саду попросил его принести фотографию тибетца, сделал такую специальную куклу и иглой пронзил ногу этой кукле, а затем прочитал гневную мантру – такое заклинание черной магии и сказал: «Через неделю тибетец сломает ногу, проверь это и затем скажи мне». Но спустя неделю индиец увидел, что у тибетца нет никаких проблем. Он вернулся к своему другу-саду и сказал, что проблем

у тибетца нет, и нога у него не сломана. Тогда этот саду провел еще более сильный ритуал черной магии и сказал, что теперь невозможно, чтобы тибетец не сломал себе ногу: «Каждый раз, когда я проводил этот ритуал, я всегда получал результат».

Но спустя неделю индеец вновь увидел, что тибетец просто шел, распевал песни, и у него не было никаких проблем. Он вернулся к своему другу-саду и сказал: «У него нога до сих пор не сломана, о чем же вы говорите – это бессмыслица». Тут саду сказал, что совершенно точно тибетца кто-то защищает, иначе после такого магического ритуала невозможно, чтобы он не сломал ногу. Он сказал: «Спроси у него, кто же его поддерживает». В следующий раз, когда индеец встретил тибетца, он сказал: «Я насылал на тебя порчу и не однажды, а два раза, но с тобой ничего не случилось. Кто тебя защищает?» Тибетец ответил: «Меня никто не защищает». Индеец спросил: «Но, как же это может быть, что порча не дала никакого результата?» Тибетец подумал и сказал: «А, наверное, я нахожусь под защитой, потому что принимал обет прибежища. Я принял обет никому не вредить. Я принял обет прибежища и держу его. Из-за этого я тебя не побил, иначе я легко мог бы побить тебя. Из-за этого обета я не могу тебя ударить, если бы этого обета не было, я бы давно тебя ударил». Затем этот индеец вновь отправился к саду и рассказал все это. Саду сказал: «Мы допустили очень большую ошибку». Тот спросил: «А почему, что случилось?» – «Мы старались навести порчу на человека, который пообещал, что никому не будет вредить. Теперь эта порча вернется обратно на нас. Такому человеку навредить невозможно». Тот, кто держит обет никому не вредить, это такой человек, что если вы наслали на него порчу, эта порча вернется к вам обратно. Саду сказал: «Это очень большая ошибка, и еще до тех пор, пока эта порча не вернулась к нам, тебе нужно пойти и попросить у него прощения, иначе у нас возникнут большие проблемы». Итак, индеец отправился к тибетцу и попросил: «Прости меня, пожалуйста». Тот сказал: «Это не имеет значения, самое главное – честно делиться, тогда нам обоим будет хорошо. Хитрый путь не подходит – и тебе нехорошо, и мне нехорошо». Потом они стали очень хорошими друзьями, этот индеец очень уважал тибетца, а потом он стал буддистом.

Таким образом, вы понимаете, что обет прибежища является очень мощным, – это лучшая защита вашей жизни. Даже если кто-то вредит вам, никогда не вредите в ответ. Будда говорил: «Те, кто следуют моим путем, путем ненасилия, должны совершать четыре акта ненасилия». И с этого момента вам необходимо приступить к четырем актам ненасилия, – это ваша практика. Многие люди говорят: «Геше Тинлей, пожалуйста, дайте мне практику». Ваша практика – это в повседневной жизни применять те советы, которые вы получили. Многие думают, что практика – это закрыть окна и двери и потом читать мантры, сидя в особой позе. Это не практика. Изменять образ своих мыслей – вот это практика. Жить согласно советам, которые дал Будда – это практика, которая сделает вас счастливыми. Я так занимаюсь. Я не медитирую слишком долго. Каждый день я меняю свой образ мыслей, даже когда смотрю телевизор, гуляю, читаю книги, смотрю кино. Будда не говорил, что не нужно смотреть телевизор, кино, такого не было. Надо менять образ мыслей, это самое важное. Иногда вы, русские, так делаете, говорите: «Я – буддист», закрываете все окна и сидите в особой позе. Но это не буддизм, потом вы сойдете с ума от таких занятий.

Итак, в первую очередь вам необходимо практиковать эти четыре акта ненасилия. После того как вы приняли обет прибежища, это ваша главная практика. И первый акт – если на вас злятся, не злитесь в ответ. Это первый акт ненасилия. А как же вам не злиться, если кто-то злится на вас? Вам нужно думать следующим образом. Кто бы на вас ни злился, этот человек ненормальный. Как же человек с сильным гневом может быть нормальным? Он совсем ненормальный. В семье, если муж разозлился, то жена должна решить, что одного ненормального достаточно, зачем же нам нужны двое ненормальных? Два ненормальных – это слишком много. Мужчина тоже, когда жена злится, не должен злиться в ответ. Надо

говорить: «Одного ненормального сейчас в семье достаточно. Зачем нужны двое ненормальных?» Итак, кто бы на вас ни злился, не злитесь в ответ, – это ваш первый акт ненасилия. Это ваша практика.

Вместо злости вам нужно чувствовать сострадание. Этот человек не только ненормален, он также и несчастен. В мире нет ни одного человека, который сказал бы: «Сегодня я так сильно разозлился и поэтому я так счастлив». Кто злится, тот несчастлив. Зачем же делать себя несчастливым? Сострадайте таким людям и вообще не надо злиться. Это ваша практика. Я, когда получил учение от Его Святейшества Далай-ламы, начал следовать этим советам, этой практике. Сначала было нелегко, потом стало удобно, а потом это стало даже очень приятно. Кто-то на меня злится, кричит, а я смеюсь, – как это приятно, что я не злюсь! У человека лицо красное, я смотрю, каким человек стал ненормальным, как это страшно. Раньше я тоже таким был. Когда я был маленьким, я был хулиганом. Я дрался с другими. Дрался, не мог терпеть. Но потом, когда я стал получать учение от Далай-ламы, я стал немного умнее. Когда кто-то злится и кричит, я на него смотрю и думаю: «Как жалко». Меня его слова не задевают. Я думаю о том, что раньше я тоже был ненормальным, а сейчас мое спокойное состояние ума – это счастье.

Это ваш первый акт. И вы способны этому следовать. Тогда в вашей жизни, куда бы вы ни отправились, ваше счастье будет в ваших руках. Если ваше счастье зависит от того, что говорят другие люди, то вы никогда не будете счастливы. Например, утром вы проснулись в хорошем настроении, но вышли на улицу и один человек как-то плохо на вас посмотрел – вы сразу расстроились, стали несчастливым. Это означает, что ваше счастье в руках других людей. Если от их мнения зависит ваше счастье, то вы никогда не будете счастливы. Что они говорят, как они смотрят – какая разница? В нашем мире очень много злых людей. Поэтому, если ваше счастье в ваших руках, то, когда они злятся, пусть злятся, а вы спокойно пойте песни. Это мудро. Эта практика – практика счастья. Это путь счастья. Когда вы приступаете к буддийской практике, вам не надо ждать, что когда-то в будущем вы станете счастливыми, с самого первого мгновения, когда вы ступили на путь счастья, и занимаетесь практикой, это само по себе уже является счастьем. Как только вы вступили на путь счастья, в этот же миг вы уже счастливы.

Далее, второй акт ненасилия – если вас ругают, не ругайте в ответ. Если жена ругается, то муж ничего не отвечает. Можно спросить: «Ты еще не устала?» Она ответит: «Я еще не устала» – «Тогда, пожалуйста, продолжай петь эту песню-рэп». Если мужчины или женщины говорят что-то дурное, вам нужно думать, что это песня в стиле «рэп». Когда вы слушаете песню в стиле «рэп», там используется очень много таких обидных слов, но при этом вы не огорчаетесь, не расстраиваетесь, потому что не воспринимаете их всерьез, а слушаете просто как песню. Это состояние ума. Какие только слова там ни говорят! Я слушал американскую рэп-музыку, там чернокожие говорят какие-то кошмарные слова! Сначала неудобно слушать, а потом, когда я думаю, что это просто песня, вообще ничего страшного. Потом я тоже пою такую песню.

Поэтому, если вас кто-то ругает, думайте, что это песня в стиле «рэп» и не будет никаких проблем. Не держите в себе эти слова – это яд. А вы обычно как поступаете? Если кто-то произносит одно обидное слово, например «толстый», то всю ночь вы не отпускаете это слово: «Толстый-толстый-толстый». Вы сходите с ума, ни о чем другом не может думать, только это слово твердите: «Он мне сказал, что я толстый». Всю ночь вы думаете об этом, спать не можете. Так вы наказываете сами себя. Что бы вам ни сказали, убирайте эти мысли и спокойно спите. Это советы Будды. Что бы плохого ни говорили другие люди, у вас это должно влетать в одно ухо и вылетать из другого, – никогда не держите это в себе, это яд. А

что касается советов, которые дают другие, то их вам нужно держать, я даю вам советы два часа, но у вас они пролетают мимо ушей.

Какой-то человек сказал вам одно плохое слово, и вы это даже десять лет не забываете, помните, что он вам сказал десять лет назад. Это так неправильно! Итак, не принимайте всерьез, то плохое, что говорят другие люди, потому что это как яд, это загрязняет ваш ум. Не надо уделять внимания таким словам. А что касается советов, всего хорошего, что вы слышите от других, то это удерживайте внутри. Я могу сказать вам о том, что говорил Его Святейшество Далай-лама двадцать лет назад. Двадцать лет назад Далай-лама дал такой-то совет. Я это вспоминаю. Когда у меня проблемы, я вспоминаю советы, которые давал Далай-лама. Это лекарство. Лекарство – это не обязательно пилюли. Хороший совет – это лекарство. Даже если вы немного подумаете об этом, то сразу ваш ум становится спокойнее. Думайте, что плохие слова, которые люди говорят вам в омрачении, – это яд. Когда вы об этом думаете, то сразу ваше лицо становится красным, вы становитесь несчастливым. Поэтому, это яд.

Далее третий акт ненасилия. Это, например, если кто-то за вашей спиной вас критикует. Не критикуйте в ответ, даже не замечайте этого. Вы же сейчас поступаете наоборот. Вы звоните Тане и спрашиваете: «Таня, что про меня говорит Люба?» И тогда Таня говорит: «Люба про тебя говорит то-то и то-то. Света не лучше – говорит то-то и то-то». После этого вы уже несчастны, потому что вы получили яд. Как вам нужно поступать? Вам не нужно самим звонить другим людям и спрашивать, что о вас говорят другие. Но, даже если кто-то позвонил вам и начинает что-то такое рассказывать, вам нужно сказать этому человеку: «Почему ты мне звонишь? Ты не мой шпион. Я не плачу тебе за то, чтобы рассказывать, что говорят обо мне другие люди. Мне неинтересно, что говорят другие. Больше не звони мне». Тогда ваш ум будет спокоен. Что касается моего телефона, то никто мне не звонит и не рассказывает, что говорят другие люди, потому что все прекрасно знают, что меня это не интересует. Вы тоже так поступайте. Когда звонят, вы говорите: «Мне неинтересно слушать плохие слова». Вам нужно понимать, что если про вас что-то такое сказала Люба, то, может быть, она была в ненормальном состоянии ума. В ненормальном состоянии ума она может сказать все, что угодно. В этом состоянии она может даже убить себя. Думайте так: «Люба – моя подруга, и если бы она была в нормальном состоянии, то никогда бы не сказала такого». Когда вы так думаете, вы всегда будете любить свою подругу, даже если она говорит что-то плохое, потому что вы понимаете, что это не Люба говорит, а ее омрачения. Думайте так: «Она так сказала под влиянием омрачений. Она моя подруга, я всегда ее люблю». Вот такая мирская философия – человека и его омрачения нужно разделять. Вам нужно отличать человека от его омрачений. Это ошибка его омрачений, а не самого человека, он находится под контролем этих омрачений, а также этот человек является первой жертвой своих омрачений. Философы понимают это, поэтому никогда не расстраиваются и не критикуют человека, никогда не критикуют в ответ. Даже если вас кто-то критикует, никогда не критикуйте в ответ. Также вам нужно понимать, что если кто-то вас критикует, то это эхо тех слов, которые вы произносили раньше. Итак, вам нужно понять, что то, что вы сказали когда-то, теперь возвращается к вам, и поэтому с этого момента думайте так: «Я больше не буду говорить ни о ком ничего плохого». Итак, если вам не нравится реакция других людей, то вам нужно понимать, что это ваша собственная ошибка. Другие люди – как зеркало. Если вы смотрите в зеркало с таким черным хмурым лицом, то и увидите в ответ хмурое лицо. Если вы улыбнетесь, то и отражение тоже вам улыбнется. Все ваше окружение – это как зеркало. Как поступает Далай-лама? Он смеется – и все вокруг смеются. Даже китайцы уважают Далай-ламу, потому что он всех уважает. Если вы высокомерный, злой, то все вокруг тоже будут смотреть на вас со злостью. Это ваше отражение. Поэтому с этого момента, никогда не критикуйте в ответ, когда кто-то критикует вас.

И четвертый акт – даже если вас бьют, никогда не бейте в ответ. Существует закон. В буддизме не говорится, что нужно позволять людям делать все, что им захочется. Есть суд. Когда вас кто-то ударит, в ответ не надо ударять. Есть суд, можно туда обратиться, чтобы разобрались.

Итак, это четыре акта ненасилия. Теперь, для того чтобы получить благословение Манджушри, второе условие – вам необходимо принять обет бодхичитты. И здесь главный обет заключается в вашем обещании, что вы изо всех сил будете стараться помогать другим. Если вы не можете помочь всем живым существам, то, как минимум, старайтесь изо всех сил помочь тем людям, которые находятся в вашем окружении. Это ваше обещание. На словах сказать что-то приятное другому человеку – это ваше принесение блага другим. На уровне тела уважительная жестикуляция, такой язык тела – это тоже уважение к другим. Не надо быть злым. Проявляйте уважение к другим жестами тела. Руку подавать, приветствуя кого-то, – это тоже уважение. Такое вежливое поведение очень полезно. И на уровне ума никогда никому не желайте ничего плохого, а всегда желайте другим счастья: «Если бы все были счастливы, как было бы хорошо!» Если вы студент, не думайте: «Пусть у всех будут плохие оценки, только у меня хорошие». Думайте так: «Как было бы хорошо, если бы у всех студентов моего класса и всех классов были самые лучшие оценки. Как было бы хорошо!»

Что касается такого духа соперничества, когда вы думаете: «Если он окажется в плохой ситуации, то я окажусь в более выгодной», – это невозможно, это глупый образ мышления. Для вас будет очень хорошо, если у всех дела будут идти хорошо. Все живые существа – это как части нашего тела. Все части хороши, и тело целиком тоже хорошо. Мы все прямо или косвенно зависим друг от друга. Например, если вы находитесь в группе людей, и все они страдают, то вы не сможете в одиночку быть счастливым, – это невозможно. И для вас очень важно научиться тому, как делиться своим счастьем с другими. Это очень полезно – раскрытие своего ума. Вам нужно научиться делиться, это очень полезно. Тот, кто делится, кто открыт, тот всегда счастлив. Если вы с кем-то делитесь, то потом, когда вам нечем будет поделиться, другие с вами поделятся.

Я приведу вам такую аналогию с адом и раем. Эта история не буквальная, как анекдот, но имеет очень хороший смысл. Один человек отправился в ад и увидел, что у существ очень длинные руки. Перед ними стояла чаша с таким очень узким горлышком, и хотя они могли запустить туда свою руку, но не могли поест, потому что руки были слишком длинными. Они ругались, толкались и были очень несчастными. Затем этот человек отправился в рай и увидел точно такую же ситуацию. У всех длинные руки, чаши точно такие же, как в аду. Но существа там все были очень счастливы. Человек задумался и спросил, почему же они счастливы? Оказалось, что они счастливы, потому что кормят друг друга. Своими длинными руками они самостоятельно есть не могут, но могут кормить друг друга. Они друг друга кормят, друг другу помогают, и все счастливы. А в аду никто не помогает друг другу, все только о себе думают, ругаются, толкают друг друга, – и счастья там нет. Этот анекдот говорит о том, что рай – это необязательно отличные условия, а ад – это необязательно ужасные условия. Условия могут быть даже одинаковыми, но образ мыслей у существ в раю и в аду разный.

В вашем студенческом обществе дела обстоят точно так же. Если ваш образ мыслей такой, что вы думаете о других, то это рай. Когда я был студентом, я был таким счастливым! Это было золотое время, потому что мы все уважали друг друга, делились друг с другом всем, что у нас было. Вам, студентам, тоже так надо себя вести. Если вы думаете, что вы один такой крутой, и все стараются стать такими крутыми, и никто не думает друг о друге, тогда внутри коллектива возникнет конфликт. Помните, что все вы одинаковые. Все должны

уважать друг друга, делиться друг с другом. Это мой для вас совет, потому что сегодня сюда пришло много студентов.

Теперь соедините руки. Вам нужно пообещать, что вы будете делиться своим счастьем с другими. Вместо того чтобы вредить другим, вы обещаете, что будете делиться своим счастьем с другими и все время будете готовы делать что-то хорошее для других. И далее, вам нужно думать, что, когда вы закончите свое образование, то ваша ответственность – сделать что-то хорошее для нашей страны. Это называется «патриотизм». Что касается места, где вы родились, то вы несете ответственность за это место, поскольку очень многое там получили. Вам нужно сказать себе: «Я стал полноценным человеком благодаря этим людям, и мне надо отблагодарить их за доброту, в особенности моих родителей. Это моя первая ответственность. Второе – это мои родственники и друзья, которые меня поддерживают в трудные времена. Третье – это место, где я родился. Это правильно. Затем вся нация, весь мир – это моя ответственность». Вот так надо думать. У меня нет какого-то большого образования, но у меня есть такой образ мыслей. Я думаю, что мои родители для меня самые добрые, и это моя первая ответственность. Вторая ответственность – родственники, которые мне помогали в трудное время, и все мои друзья. Потом моя родина, потом вся нация, весь мир. Это моя ответственность. Так я думаю, и вы тоже так думайте.

Вы – будущее нашей страны, России, и в будущем сможете стать очень хорошими лидерами в России или в своей республике. Итак, это обещание – это ваша первая стратегия в построении очень хорошей карьеры в вашей жизни. Теперь повторяйте за мной. В этот момент из наших ртов исходит свет, проникает через ваш рот и остается в вашем сердце в качестве обета бодхичитты.

Теперь просьба о благословении тела Манджушри. Сейчас, когда я буду произносить мантру и звонить в колокольчик, визуализируйте Манджушри на алтаре и меня в облике Манджушри. Из нашей области лба исходит белый свет и нектар, наполняет ваше тело и очищает от большого количества негативной кармы, созданной вашим телом, а также благословляет ваше тело. Также этим белым светом и нектаром очищаются все ваши болезни. Чтобы очистить негативную карму, созданную вашим телом, которая является прямой причиной ваших страданий, для такого очищения очень важно, чтобы присутствовало четыре фактора. Первый фактор – это сожаление. Сожаление о той негативной карме, которую вы создали. Второе – это опора на божество. Третий – правильная визуализация белого света и нектара, который вас очищает. Это само противоядие. 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. Теперь выполняйте эту визуализацию.

Визуализируйте не только себя, но вокруг себя всех своих родственников, друзей, то, что они вместе с вами тоже получают благословение, поскольку у них есть особая связь с вами, это принесет им пользу. Теперь выполняйте эту визуализацию. Почувствуйте, что такое на самом деле происходит. Просто вы этого не видите, но на самом деле это оказывает очень большое влияние на вашу жизнь. Итак, все отпечатки негативной кармы очищаются, почувствуйте это, это очень хорошо.

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, наполняет ваше тело и очищает большое количество негативной кармы, созданной вашей речью, и закладывает семя речи Будды. Ваш длинный язык создает очень много негативной кармы, очень важно пожалеть об этом.

Развейте решимость, что в будущем вы не произнесете ни одного дурного слова в чей-либо адрес. Теперь выполняйте эту визуализацию.

Теперь просьба о благословении ума. Сейчас, когда я буду произносить мантру и звонить в колокольчик, визуализируйте Манджушри на алтаре и меня в облике Манджушри. Из нашей области сердца исходит синий свет и нектар, наполняет ваше тело и очищает от большого количества негативной кармы, созданной вашим умом, а также благословляет ваш ум и закладывает семя ума Будды в вашем уме. Поскольку божество Манджушри – это божество мудрости, в конце почувствуйте, что вы обретаете сиддхи мудрости. И в этот момент визуализируйте, как большое количество божеств Манджушри разного размера – некоторые из них размером с большую гору, другие человеческого размера, есть маленькие божества размером с зернышко, – и все они растворяются в вас. Вы получаете сиддхи мудрости. Теперь выполняйте эту визуализацию. Это очень полезно, в особенности для студентов. Это то, что поможет вам увеличить мудрость, способность к мышлению, к анализу, а также к запоминанию, улучшит память. Человеку, у которого плохая память, очень полезно делать такую визуализацию, и его память улучшится.

Теперь просьба о благословении тела, речи и ума вместе. Сейчас, когда я буду также произносить мантру и звонить в колокольчик, визуализируйте Манджушри на алтаре и 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 большое количество негативной кармы, созданной вашим телом, речью и умом, и укрепляют благословение тела, речи и ума. Это последнее благословение, визуализируйте его как следует. Визуализируйте это таким образом, чтобы для вас это стало своего рода духовным бензином, который будет работать у вас шесть месяцев. Когда этот бензин начнет заканчиваться, вы начнете становиться все более и более вредными.

Один тувинский бизнесмен пришел ко мне и говорит: «Я не буддист, я бизнесмен, а моя жена – буддистка. Геше-ла, когда вы приезжаете в Туву, она слушает учение и становится доброй, а наш дом становится счастливым. Потом этот бензин заканчивается и она становится вредной. Сейчас вы приехали – и наш дом станет счастливым. Я так рад». Я вижу, что это благословение, действительно, похоже на бензин и, действительно, помогает людям становиться более хорошими людьми. Но как только ваш бензин закончится, я приеду к вам снова. Не беспокойтесь. Теперь выполняйте визуализацию.

Теперь я дам вам передачу мантр. Когда вы начитываете мантры, должны присутствовать четыре фактора, тогда мантры будут очень мощными. Без наличия этих четырех факторов мантры не будут иметь особой силы. И первый важный фактор – это передача мантр. Сегодня вы получите эту передачу. Второй важный фактор – это доброта. Когда вы начитываете мантры с добрым состоянием ума, то они становятся очень мощными. Без доброты мантры не будут иметь особой силы. Далее третий фактор – это вера. Если вы произносите мантры с верой в силу мантры, тогда мантры будут очень мощными, тогда вы увидите чудеса благодаря силе мантры. И четвертый фактор, когда вы начитываете мантры, – не позволяйте своему уму блуждать туда-сюда, сосредоточьтесь однонаправленно.

Некоторые тувинские бабушки читают: ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, а сами по сторонам смотрят и обсуждают: «О, эта девушка такую короткую юбку надевает». Это неправильно, я всегда говорю, что так нельзя поступать, я ругаю таких бабушек. Читая мантры, смотреть по сторонам не надо. Читайте мантры дома, а не на улице. Перед собой визуализируйте божество, свет и нектар исходят из него и очищают вас. Так читайте мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ. Вот так надо. Это то, чему учил Будда. Когда вы начитываете мантры, то полностью в этот момент сосредоточьтесь на свете и нектаре, которые очищают вас,

благословляют. И если вы так будете поступать каждый день, то ваша жизнь совершенно изменится. Итак, когда вы читаете ежедневную молитву и доходите до места начитывания мантр, то там читайте мантры и медитируйте. Это будет очень полезно. Пять-десять минут проводите такую медитацию, визуализацию света и нектара, которые вас очищают. Это подлинная практика, которую выполняли великие мастера прошлых времен.

Теперь, первая – это мантра Манджушри для увеличения мудрости. Когда я буду произносить мантру, повторяйте за мной и визуализируйте, как эта мантра в виде белого света исходит изо рта Манджушри на алтаре, из моего рта и, проникая через ваш рот, остается в вашем сердце как передача мантры: **ОМ АРА ПАЦА НАДИ**.

Итак, это мантра мудрости. Если вы хотите, чтобы ваша мудрость возросла, то начитывайте эту мантру как можно больше. Теперь мантра любви и сострадания, мантра Авалокитешвары. Повторяйте за мной. Она для увеличения любви и сострадания: **ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ**.

Теперь мантра Ваджрапани, мантра силы. Если вы чувствуете, что недостаточно сильны, начитывайте эту мантру, она увеличит вашу силу: **ОМ ВАДЖРАПАНИ ХУМ ПЭ**.

Теперь мантра Белой Тары, мантра долгой жизни. Если вы хотите прожить долго, то начитывайте эту мантру:
ОМ ТАРЕ ТУТТАРЕ ТУРЕ МАМА АЮР ПУНЬЯ ДЖНЯНА ПУШТРИМ КУРУЕ СОХА.

Теперь мантра Зеленой Тары для успеха в вашей жизни:
ОМ ТАРЕ ТУТТАРЕ ТУРЕ СОХА

Теперь мантра Будды Медицины для здорового тела:
ТАДЬЯТА ОМ БЕГАНЗЕ БЕГАНЗЕ МАХА БЕГАНЗЕ БЕГАНЗЕ РАНЗА САМУТ ГАТЕ СОХА

Мантра Будды Шакьямуни для здорового ума:
ОМ МУНИ МУНИ МАХАМУНИЕ СОХА

Теперь мантра ламы Цонкапы для практики Гуру-йоги:
**МИГМЕ ДЗЕВЕ ТЕРЧЕН ЧЕНРЕЗИ
ДИМЕ КЕНБЕ ВАНГПО ДЖАМПЕЛ ЯН
ГАНЧЕН КЕНБЕ ДЗУГЬЕН ЦОНКАПА
ЛОБСАН ДАКПЕ ЩАВЛА СОЛВАДЕП**

Теперь мантра Его Святейшества Далай-ламы:
**ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДХАРА ВАГИНДРА СУМАТИ
ШАСАНА ДХАРА САМУДРА ШРИБХАДРА
САРВА СИДДХИ ХУМ ХУМ**.

Итак, я дал вам передачу мантр. А теперь, то, как вы будете практиковать Дхарму, это на ваше усмотрение. Теперь, везде, куда бы я ни отправился, в качестве платы за мое учение я прошу людей принять обет не употреблять алкоголь. Мне не нужна от вас денежная плата. Но ваше обещание не употреблять алкоголь – это будет самой лучшей платой за мои учения. Некоторые могут думать, что пьют немного и это не страшно, но на самом деле так понемногу у вас возникает привычка. Я не говорю о том, как алкоголь вредит вашему здоровью, вы все знаете об этом. Я не хочу повторяться, вы знаете, что это как кислота. Но я

хотел бы сказать, что это вредно для вашего ума. Наш ум достаточно глуп, и если вы примете алкоголь, то становитесь еще глупее.

Три пьяных молодых человека как-то вышли из бара, остановили такси и сели в него, назвав адрес. Таксист обернулся и увидел, что все они пьяные. Он завел двигатель и тут же заглушил его, сказав, что все, мы приехали. Первый человек сказал «большое спасибо», второй сказал «спасибо», а третий ударил его. Таксист подумал, что, наверное, тот догадался и спросил его: «За что ты меня ударил?» Тот сказал: «Не веди так быстро, ты чуть не убил нас». Это анекдот о пьяных людях. Далее, другой момент, если старшие люди будут пить алкоголь, то молодые будут копировать, брать с вас пример. Когда я был студентом, я стал инициативным, говорил, что не буду пить алкоголь. Моих друзей я тоже просил не пить алкоголь. Было много хороших соков, зачем пить алкоголь? Мы пили сок, танцевали, чай пили. Так влиять – это хорошо, потом все вокруг становятся нормальными. Все сок пьют, чай пьют, все нормальные, танцевать приятно, потом радостные уходят. Когда пьют водку, то все становятся ненормальными, потом дерутся, и наступает кошмар. Я сам это видел.

Так, я хотел бы сказать молодому поколению, что вам не нужно пить алкоголь. Вы можете танцевать, развлекаться, но пить алкоголь было бы глупо. Когда вы не пьете алкоголь, ваш ум нормальный, а когда нормальный ум, то все танцуют, немного толкаются, но ничего страшного. Но когда вы становитесь ненормальными от водки, если вас немного толкнут, у вас сразу возникает злость: «Почему ты меня толкаешь?!» Тем более, я слышал, что молодые тувинцы сразу за нож хватаются. Это тупое поведение. Так нельзя – потом всю жизнь в тюрьме просидите. Одного человека зарежете, а вся семья будет несчастной, и вы сами всю жизнь просидите в тюрьме. Это беда, большая ошибка! С самого начала нож вообще нельзя в руки брать. Самое лучшее оружие – это голова, а не нож.

Теперь соедините руки, я хотел бы попросить вас об этом, и молодое поколение в том числе. Это будет лучшим подарком для меня. Вам нужно говорить другим: «Я держу обет не употреблять алкоголь». Тогда они не будут вас заставлять, будут уважать вас, и сами тоже перестанут употреблять алкоголь. И вы не только сами перестанете употреблять алкоголь, но также будете оказывать влияние на других, чтобы и они не пили. Это будет очень хорошим влиянием. У нас, русских, есть одно слабое место – алкоголь. Я думаю, что я как русский буду передавать обет не употреблять алкоголь в России, как можно больше, в каждом городе. Это мой маленький подарок нашему президенту Путину. Я знаю, что ФСБ передадут такую информацию, что здесь геше Тинлей передает обет не употреблять алкоголь. И президент Владимир Путин будет очень рад.

Это мой подарок ему. Потому что он много работает. Никто в одиночку этого не сделает. Только все вместе. Он один не может радикально изменить ситуацию. Он сам тоже говорит: «Не пейте». Но он один человек. Если мы все вместе будем этому следовать, то наша страна станет сильной. Я как русский человек несу на себе такую ответственность, и вы тоже как россияне возьмите на себя такую ответственность.

Вопрос из зала: На какое время?

Ответ: Настолько долго, насколько можете. Может быть, кто-то может принять обет на год, кто-то на два года. Но самое лучшее – это на всю жизнь принять обет и не пить алкоголь. Если вы сможете перестать пить алкоголь в течение одного года, то и всю жизнь для вас не пить будет очень легко. Не бойтесь этого. Лучше, если вы будете говорить, что принимаете обет на один год. Потом после года вы подумаете: «Сейчас несколько не стану пить, а потом обязательно пить буду». Поэтому лучше вообще не пить, тогда и желания не будет. Вы говорите: «Один год пить не буду», потом смотрите, сколько осталось – а, еще шесть

месяцев. Это психологическая проблема. Если вы говорите, что вообще пить не будете, то это нетрудно – держать такой обет.

Итак, соедините руки. Визуализируйте на алтаре Манджушри, меня в облике Манджушри, над моей головой – Его Святейшество Далай-лама в облике Будды Шакьямуни. И когда я буду произносить слова, повторяйте их за мной. Эти слова означают: «Будды и бодхисаттвы трех времен, пожалуйста, послушайте меня. Я по имени такой-то и такой-то принимаю обет не употреблять алкоголь и наркотики». Если вы их не употребляете, также примите такой обет. Это очень важно. И в будущем даже не притрагивайтесь к наркотикам. Это очень важно! Думайте так: «Это мое обещание. И я буду держать этот обет в чистоте». Теперь повторяйте эти слова за мной. И на третий раз, когда я щелкну пальцами, белый свет исходит изо рта Манджушри на алтаре, изо рта Будды над моей головой, из моего рта, и, проникая через ваш рот, остается в вашем сердце в качестве обета не употреблять алкоголь. И он поможет вам не пить алкоголь. Теперь, повторяйте за мной. И на третий раз, когда я щелкну пальцами, вы уже приняли этот обет. Вы получаете обет в этот момент.

Если вы будете соблюдать этот обет, как полагается, то защитники Дхармы всегда будут вас защищать. Сейчас, когда я поставлю тормоз 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 пребывает живая статуя.

Итак, благословение окончено, завтра я уезжаю. И до нашей следующей встречи в конце мая будьте счастливы и будьте добрыми. Будьте счастливы и делайте счастливыми других. Это ваша практика. Делитесь своим счастьем. От этого вы будете еще счастливее. Также делитесь своими проблемами. Когда у вас возникает проблема, не держите ее, а расскажите об этой проблеме своим друзьям и ваша проблема станет меньше.

Вы думаете, что проблем ни у кого нет. На самом деле, у всех есть проблемы. Когда есть проблема, расскажите о ней своим друзьям. Они скажут: «Ничего страшного». Счастьем делитесь, проблемами тоже делитесь друг с другом. Вы все вместе живете. Помогайте друг другу. Такова наша жизнь. Затем, однажды мы умрем. И у вас останутся очень хорошие воспоминания, что вы прожили очень мирную жизнь. Не будет сожалений. Если вы такие большие эгоисты, то во время смерти у вас будут очень большие сожаления. До свидания.