

Я очень рад всех вас здесь, сегодня видеть. Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Не имейте мотивацию, связанную с обретением счастья только в этой жизни, поскольку эта жизнь является очень короткой, максимум, сколько вам осталось прожить? Это сорок или, может быть, пятьдесят лет, и даже в этом нет полной убежденности. Что наступит раньше – завтрашнее утро или следующая жизнь – сказать очень трудно. И поэтому полностью потеряться в одной этой жизни – это самое глупое. Хотя вы можете думать, что вы очень умные, но, тем не менее, если рассуждать с точки зрения уровня, если вы полностью потерялись в этой жизни, то вы находитесь на очень низком уровне. Например, если говорить о насекомых, то среди насекомых тоже найдутся те, о которых другие насекомые думают, что это такое особое насекомое, очень умное, с блестящими способностями, но при взгляде с человеческой точки зрения они все одинаково низкого уровня. Потому что они не знают, как что-либо создавать, они знают только как искать, поэтому все их методы – это методы поиска. С человеческой точки зрения по этой причине это очень низкий уровень. Далее, среди людей те люди, которые полностью потерялись в этой жизни, – это люди очень низкого уровня. Например, они могут называть себя президентами или какими-то успешными бизнесменами, но все равно с точки зрения уровня они находятся на очень низком уровне, потому что не знают, как создавать что-либо, выходящее за пределы этой жизни. И поэтому лама Цонкапа в «Ламриму» говорит, что эти живые существа называются обычными мирскими живыми существами.

Далее, если согласно «Ламриму» вы достигаете первого, начального уровня практикующего, то вы уже несколько выходите за пределы этой жизни, и вы способны думать уже о своей будущей жизни, заботиться о счастье будущей жизни – это личность начального уровня. Если вы получаете учение, но при этом ваш ум не выходит за пределы этой жизни, так и остается полностью потерянным в этой жизни, это значит, что учение для вас неэффективно. И для того, чтобы уйти с этого уровня, перейти на начальный уровень, тантрическое учение вам не поможет. Посвящение вам не поможет. Для этого получайте учение о непостоянстве и смерти, о драгоценной человеческой жизни, о прибежище, о законе кармы – это очень важные учения. Для начинающего нет учений более драгоценных, чем эти учения. И затем, когда вы несколько выйдете за пределы, за рамки заботы только об этой жизни, вы превратитесь в совершенно другого человека. Если у вас произойдет какая-то трагедия, то вы никогда не падете духом, не расстроитесь. У меня нет опыта в практиках высокого уровня, но когда я провожу медитацию на драгоценную человеческую жизнь, на непостоянство и смерть, прибежище, мой ум становится чуть-чуть другим. Это я могу сказать из своего опыта, потому что для меня невозможны такие эмоции: «Все! Я больше не могу, жить не хочу!» Вот такого нет. В любой ситуации мой ум спокоен. Даже если я попаду в аварию и сломаю обе ноги, я останусь спокойным и буду думать: «О, слава богу, я еще живой!» Почему я могу оставаться спокойным? Я это могу на сто процентов, потому что это результат медитации, в результате медитации человек становится другим, даже если он потеряет обе ноги, он будет спокойно сидеть. Обычно люди сразу паникуют: «Всё! Жить не хочу! У меня двух ног нет, гулять не могу. Всё! Лучше я умру!» Я же буду наоборот говорить: «Как хорошо! Ног нет, сейчас можно спокойно сидеть дома, заниматься медитацией, развивать ум». Депрессии нет.

Я могу сказать вам, что такое учение является лучшим антидепрессантом. Если люди будут говорить о депрессии, вы зададитесь вопросом: «А что такое депрессия?» Вы даже не будете знать об этом. И в особенности, когда вы размышляете на тему прибежища и думаете о страданиях низших миров, то в сравнении с ними человеческие страдания просто ничтожны. Вы думаете: «Что такое мои страдания? Пока я самый счастливый человек – у меня есть драгоценная человеческая жизнь, даже если у меня в кармане нет денег, у меня есть драгоценная человеческая жизнь». Поэтому для вас в жизни не будет главной ценностью то, сколько у вас в кармане денег, сколько денег на вашем банковском счете. Главной ценностью в вашей жизни будет следующее: «Пока у меня есть эта драгоценная

человеческая жизнь, я очень богат. Если я потеряю, хотя бы один день этой драгоценной жизни, – вот это жалко. Я хочу еще раз получить такую драгоценную человеческую жизнь, жизнь за жизнью я хочу получать такую драгоценную человеческую жизнь, и потом в результате я разовью свой ум». Вот так надо думать. В этом надо получить настоящее чувство, а потом вы уже можете думать о нирване. Вы думаете: «Вот такую драгоценную жизнь я хочу получить». У вас нет мыслей о том, чтобы сразу оказаться в нирване, или таких: «Я хочу сразу стать буддой ради блага всех живых существ!» – это детский разговор. В этом случае у вас по-настоящему нет внутри такой убежденности: «Как хорошо, если в будущей жизни у меня будет еще одна драгоценная человеческая жизнь. Как это хорошо! Эту драгоценную человеческую жизнь в любое время можно потерять, поэтому моя цель – в будущей жизни обрести снова драгоценную человеческую жизнь. Что мне делать ради этого?» Если у вас появился такой интерес, это значит, что вы стали настоящим буддистом.

А потом думайте о четырех благородных истинах, и вы поймете: «Ага, еще лучше, чем драгоценная человеческая жизнь – это нирвана, полностью здоровое состояние ума, тогда все мои проблемы решатся». Далее думайте об учении по бодхичитте, и вы скажете: «Ага, даже нирвана – это хорошо только ради моего блага, но я не смогу помогать всем живым существам. Я хочу помогать всем живым существам, потому что мы все одинаково чувствуем». Потом внутри вы будете чувствовать: «Пусть я стану буддой ради блага всех живых существ». У вас в жизни будет такая цель. Но такая цель – стать буддой ради блага всех живых существ – это высокая цель. Для этого вам нужно очень хорошее знание учения о четырех благородных истинах, о бодхичитте. Потом вы закроете глаза и подумаете: «Пусть я прочитаю даже всего лишь одну мантру, но я посвящаю это тому, чтобы стать буддой ради блага всех живых существ». Это уже чуть-чуть медитация.

Ваша цель – это стать буддой. Например, когда вы встретили нищего и дали ему кусок хлеба, думайте так: «Пусть это станет причиной для того, чтобы ради блага всех живых существ я стал буддой, пусть этот человек будет первым моим учеником в будущей жизни». Постепенно у вас автоматически будет приходить такая мотивация, потому что это результат того, что вы правильно делаете медитацию, и тогда вам подходит тантрическая практика. У вас нет такой эгоистической цели: «Я хочу заниматься практикой шести йог Наропы, махамудрой, дзогченем, я практик высшего уровня, а они все на низшем уровне», – таким людям вообще нельзя даже слушать учение по тантре, им нельзя давать учение тантры.

А теперь мы вернемся к нашей теме. Итак, первая наша цель: «Пусть я снова обрету драгоценную человеческую жизнь», а затем мы думаем, что этого нам недостаточно, то есть вы хотите ее обрести, но вы не должны ограничиваться одним лишь этим, и вы думаете, что в дополнение к этому я хотел бы обрести нечто большее. Мы ведем себя очень странно, в отношении благих качеств ума мы сразу же очень легко ограничиваемся, довольствуемся тем, что у нас есть, а в отношении материального богатства нам всегда его мало. Сколько есть – мало. Это неправильный подход.

В отношении материальных вещей нам нужна удовлетворенность. По какой причине? Первая причина – это то, что всем вокруг, всеми материальными объектами завладеть невозможно. Это невозможно. Но даже если бы это было возможно, это не решило бы всех ваших проблем, а создало бы другие проблемы. Например, проблему потери вашей жизни. Поэтому вы должны понять, что желание завладеть всеми материальными объектами – чисто логически это полная ерунда, поскольку невозможно завладеть всем. Далее, в буддийской философии Будда говорит также, что мы не владеем и своим телом. Если человек не может владеть собственным телом, как же он сможет завладеть всеми другими материальными объектами? Вы можете подумать так: «Нет-нет, Геше-ла, я являюсь хозяином этого тела. И у своего дома я тоже хозяин, я могу показать Вам все документы».

Но эти документы – это просто бумага. Если изменятся законы, то эти документы превратятся в простую бумагу. Мы думаем, что являемся владельцами, но на самом деле это все очень похоже на иллюзию. Наше тело – это дом, который мы арендуем на деньги нашей кармы. И как только наши кармические деньги закончатся, это тело скажет нам «до свидания». Вы не сможете в этот момент сказать: «Я твой хозяин. Тело, ты должно оставаться со мной все время». Оно скажет вам: «Нет-нет, ты не являешься хозяином. До свидания!» Кармические деньги закончились, и все, до свидания! И что это нам показывает? Что в отношении материальных объектов, даже в отношении нашего тела – мы не можем ими по-настоящему завладеть, тогда зачем же мы прикладываем так много усилий к тому, чтобы обрести их?

Теперь, чем мы по-настоящему можем владеть? Всеми благими качествами ума мы можем по-настоящему владеть. Например, мы можем владеть большими заслугами. Потому что они будут идти с нами жизнь за жизнью. И это относится ко всем благим качествам – можно развить полностью все благие качества. Все хорошие качества вы можете развить. Поэтому в этом отношении у вас не должно быть удовлетворенности. Сколько бы вы ни желали развивать ум, это возможно. Поэтому большое желание развивать ум – это нормальное желание, потому что это возможно. А желание быть хозяином всего – это ненормально, потому что это невозможно.

Итак, в первую очередь в отношении развития вашего ума, у вас не должно быть ограниченности, удовлетворенности, потому что, во-первых, можно все благие качества ума развить до безграничного состояния. И далее второе – когда вы реализуете весь потенциал своего ума, то результат этого просто невероятен! Если вы станете владельцем всего имущества в нашем мире, то это принесет вам другие проблемы. А если вы реализуете весь потенциал своего ума, то вместо того чтобы принести вам какие-то новые проблемы, наоборот ваш ум станет очень спокойным, очень счастливым. Поэтому никогда не довольствуйтесь своим уровнем духовного развития, думайте так: «В следующей жизни я хотел бы обрести драгоценную человеческую жизнь, но одного этого недостаточно, я хотел бы большего, я хотел бы достичь нирваны. Но и нирваны мне тоже недостаточно. В этом случае я смогу пребывать в умиротворении сам лично, индивидуально, но не смогу приносить благо многим другим живым существам. Поэтому мне нужно достичь состояния будды, реализовать весь потенциал своего ума, устранить все свои ограничения. И в этом состоит моя цель».

Ваша цель должна быть наивысшей целью, и это является самой высокой целью. В буддизме говорится, что если с самого начала вы поставите для себя высочайшую цель, то даже если ее не достигнете, а, скажем, достигнете середины, насколько это будет хорошо! Если вы достигнете половины этой цели – это уже будут очень большие реализации. Человек, который ставит в жизни низшую цель, ниже и живет. Студент, который учится в институте и думает: «О, я хочу стать учителем или работать в библиотеке», потом всю жизнь работает в библиотеке. Надо иметь высокую цель.

Итак, вам необходима высочайшая цель, и одновременно с этим также нужно готовиться к худшему. И это очень важный момент. Что является самым худшим? Самое худшее – это завтра я могу умереть и если я приму рождение в низших мирах, то это самое худшее. Завтра утром я не смогу дышать, мое сердце остановится, и мой ум из-за проявления негативной кармы (а как много отпечатков негативной кармы в моем сознании!) переродится в низших мирах – это кошмар! Итак, вы готовитесь к худшему, и чтобы такого не произошло, вы прибегаете к практике прибежища.

Поэтому врата в буддизм – это практика прибежища. В тантре Гухьясамаджа говорится: «Для начинающего тантра Гухьясамаджи не является глубинной. Самой глубинной является

практика прибежища». Итак, вы ставите перед собой наивысшую цель и при этом готовитесь к худшему, к тому, чтобы не переродиться в низших мирах, и такой должна быть стратегия вашей практики. Когда вы приступаете к практике, ваш подход должен быть практичным. До тех пор, пока вы не достигнете пути подготовки, у вас не будет стопроцентной уверенности, что вы не переродитесь в низших мирах. И поэтому вам необходимо постоянно, каждый день помнить о Трех Драгоценностях и принимать прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе. Преимущество принятия прибежища в Будде, Дхарме и Сангхе состоит в том, что если в момент смерти вы просто вспомните о Трех Драгоценностях, то сколько бы вы ни накопили за жизнь негативной кармы, на одну следующую жизнь вы будете спасены от рождения в низших мирах. И поэтому полагайтесь на самые надежные объекты – Будду, Дхарму и Сангху, в особенности на Будду Шакьямуни, Манджушри, Тару, на самые надежные объекты прибежища, и тогда, если вы на них полагаетесь, невозможно чтобы со своей стороны они не помогли бы вам.

Поэтому, когда ваша машина попадает в аварию, кричать: «Мама!» – неправильно, кричите: «Тара! Будда!» Вам нужно выработать такую привычку. Тогда ваше прибежище становится крепким в вашем уме. Со своей стороны, я много лет так думал-думал, и сейчас в трудных ситуациях у меня нет мысли: «Мама!» Я сразу думаю о божествах. В моем уме сразу возникают мысли: «Божества, помогите!» И я сразу вижу, что меня что-то защищает. Вам тоже нужно иметь такое прибежище. Если ночью возникает кошмар, сразу вспоминайте Будду, и кошмара не будет. Итак, прибежище означает, что в самые трудные времена вы сразу же вспоминаете о самых надежных объектах. О тех, кто обладает невероятным состраданием, кто обладает всеми искусными средствами, кто реализовал весь свой потенциал, имеет равностный ум, и эти четыре причины делают их подходящими объектами для принятия прибежища.

В повседневной жизни неформальным образом тренируйтесь, думая: «Теперь мне не о чем переживать, у меня есть прибежище в Трех Драгоценностях, теперь я могу жить очень спокойно. Я нахожусь под защитой Трех Драгоценностей». Думайте так, и ваш ум будет сохранять спокойствие. Почему у вас нет спокойствия ума? Потому что вы полагаетесь неправильно. Вместо того, чтобы полагаться на Будду, Дхарму и Сангху, вы полагаетесь на материальные объекты или на какого-то мужчину, или какую-то женщину, а потом боитесь: «Вдруг они меня обманут? Они обещали, но выполнят ли они свое обещание?» Вот так много сомнений не дают вам спокойно спать. Почему? Это ошибка стратегии, вы полагаетесь на неправильные вещи. Если вы полагаетесь на Будду, Дхарму и Сангху, то можете спокойно спать, сомнений не будет. Я тоже человек, вы тоже человек, мы все живем в городе Москва, и я сразу засыпаю, только положив голову на подушку. Почему? Потому что внутри полностью полагаюсь на Будду, Дхарму и Сангху. Поэтому у меня нет сомнений. Поэтому у меня не возникает желания – попросить кого-то мне погадать. Если в вашем уме много сомнений, и вы хотите попросить кого-то погадать вам, значит, у вас нет прибежища. Будда уже сделал предсказание в отношении вашего будущего. Кем вы были раньше, судите по тому, кем вы являетесь сейчас. В прошлом вы не были плохими, поэтому получили в этой жизни драгоценную человеческую жизнь. А чтобы узнать, что будет с вами в будущем, посмотрите, чем вы занимаетесь сейчас. Если вы создаете больше негативной кармы, то не получите еще раз драгоценную человеческую жизнь. Поэтому ваше будущее зависит от ваших действий в настоящем.

Если вы полагаетесь на Три Драгоценности, соблюдаете закон кармы – вот это буддийская практика, самая надежная буддийская практика, лучше чем два-три часа сидеть в строгой позе и думать: «Я практик махамудры, я практик дзогчена». Нет. Самое первое – полностью полагаться на Будду, Дхарму и Сангху. Вы знаете причины, почему эти объекты самые надежные. Тем более Дхарма. Что такое Дхарма? Вы думаете, что Дхарма – это святые

книги, из них исходит свет и дает вам благословение. Нет. Дхарма – здесь, в вашем сердце. Настоящей Дхармы у вас пока нет, но даже одно хорошее качество ума – это ваша Дхарма. Доброе состояние ума – это ваша Дхарма. На него надо полагаться. А вы на кого полагаетесь? Когда чуть-чуть трудно, вы сразу же полагаетесь на негативные состояния ума – гнев, зависть, омрачения. Это неправильное прибежище. В любой ситуации, как бы трудно вам ни было, думайте так: «У меня есть Дхарма – это качества ума: доброта, сострадание, терпение, я на них буду полагаться. В конце концов, они могут решить все проблемы. Негативные состояния ума – это не Дхарма, это наоборот источник страданий. Позитивные состояния ума – это Дхарма, они делают мою жизнь счастливой, поэтому я на них полагаюсь. Пусть мои хорошие состояния ума развиваются, в будущем они станут настоящей Дхармой». Что такое настоящая Дхарма? Настоящая Дхарма – это четвертая благородна истина и третья благородная истина. Что представляет собой четвертая благородная истина? Мудрость прямого постижения пустоты – это настоящая Дхарма, которой в настоящий момент у вас нет. Бодхичитта – это настоящая Дхарма. Это то, что освободит вас от сансары и приведет к состоянию будды. Это благородная истина пути. Третья благородная истина, благородная истина пресечения – это тоже Дхарма. Чистота ума – это тоже Дхарма. Когда вы достигаете этого, вы полностью свободны от страданий. Это две настоящие Дхармы, а все остальные благие качества ума – это вторичная Дхарма, благодаря которой вы достигаете этих двух качеств. С такой стратегией вам нужно приступить к своей практике.

Далее, одной лишь практики прибежища вам недостаточно, вам также необходимо накопить большие заслуги для осуществления ваших целей, для обретения драгоценной человеческой жизни в следующей жизни, для того чтобы достичь безупречно здорового состояния ума и для достижения состояния будды на благо всех живых существ. Для этого нужны невероятно большие заслуги. А как накопить высокие заслуги? И здесь четвертое – лама Цонкапа говорит, что благодаря подношению мандалы вы можете накопить очень большие заслуги за очень короткое время. Итак, это учение «Лама Чопа» («Гуру пуджа») Манджушри передал лама Цонкапе. Лама Цонкапа передал это учение своим сердечным ученикам, далее оно шло по линии преемственности до Энсапы, а Энсапа передал это учение открыто, и поэтому оно известно как линия передачи Энсапы. Это устная линия преемственности Энсапы. Почему эти наставления известны как сущностные наставления устной линии Энсапы? Потому что Энсапа первый, кто публично передал это учение.

Итак, в прошлый раз мы с вами рассматривали то, как после визуализации Поля Заслуг делать подношения, и здесь четвертый пункт – это подношения мандалы. Подношение мандалы – это один из лучших способов накопить большие заслуги за короткое время. В действительности лама Цонкапа – это Манджушри, но он явился нам в человеческой форме для того, чтобы передать нам учение о том, как правильно практиковать Дхарму, продемонстрировать пример практики. Лама Цонкапа полностью получил философское образование, изучил всю сутру и тантру, а затем отправился в горы. Это означает, что если вы уходите в горы, не получив полных знаний, то это не принесет вам пользы. Если бы простое пребывание в горах приносило реализации, тогда олени, которые всю свою жизнь проводят в горах, должны были бы достигать очень высоких реализаций. Говорят, что олени живут до пятидесяти лет и ничего особенного с ними не происходит. Итак, когда у вас есть полное знание сутры и тантры, полные сущностные наставления, в этом случае вам не нужно оставаться в обществе, а нужно отправляться в горы и медитировать, именно такой пример указал лама Цонкапа. И далее, когда лама Цонкапа ушел в горы в медитацию, он не приступил сразу же к трехгодичному ретриту, вначале он делал простирания, делал подношения мандалы. Лама Цонкапа в горах делал простирания на камне до такой степени, что камень стал гладким, и то место, к которому он прикасался лбом, до сих пор имеет такой красноватый оттенок от капель крови.

Это означает, что одних знаний недостаточно, вам также необходимо иметь большие заслуги, и самые лучшие способы накопления больших заслуг – это простирания и подношения мандалы. Поэтому лама Цонкапа выполнил множество сотен тысяч простираний и также множество сотен тысяч подношений мандалы. Лама Цонкапа был йогином как Миларепа, он ничем не владел и поэтому делал подношения мандалы на камне. Он в руке держал камень и так потирал его другой рукой, то есть лама Цонкапа тер камень, который стоял перед ним, и этот камень тоже стал гладким. Итак, накопление заслуг, подношение мандалы играют очень-очень важную роль, поэтому не игнорируйте эту практику, не думайте, что она какого-то низкого уровня. У вас, у русских, есть такая склонность считать, что практика подношения мандалы, простирания – это для тех, кто обладает какими-то очень низкими умственными способностями, а я человек очень интеллектуальный, поэтому для меня подходят высокие практики – махамудра, дзогчен, а низкими практиками пусть занимаются другие люди.

В моем случае, когда я приехал в Дхарамсалу из Новой Зеландии с желанием отправиться медитировать в горы, я прибыл на аудиенцию к Его Святейшеству Далай-ламе и сказал о том, что я хотел бы отправиться в горы и медитировать. У меня было такое отношение внутри, что я хотел бы находиться в горах, медитировать как Миларепа, что это нечто особенное. Его Святейшество мне посоветовал не отправляться сразу медитировать, а вначале сделать сто тысяч простираний перед храмом Цуглакан, где ходит много людей. Это главный храм в Дхарамсале. И когда я делал простирания, я чувствовал такое эго внутри, оно говорило мне: «Почему же я занимаюсь такой простой практикой? Я делаю простирания, люди на меня смотрят. Я знаю философию, я должен медитировать в горах, люди ко мне будут с уважением приходить». И когда я увидел эти мысли, я подумал: «Спасибо, Далай-лама, я думал, что у меня нет высокомерия, Вы мне открыли, что у меня внутри есть высокомерие». Но если вы на меня посмотрите, я хитрый, вы не увидите, что у меня внутри есть высокомерие. Я понял: «О, я мало знаю». Но это все равно не настоящее, это не настоящее «я мало знаю», внутри все равно есть высокомерие: «У меня острый ум, если я прочитаю любую книгу по философии, я сразу все понимаю», то есть внутри есть высокомерие. Потом я понял: «А, Далай-лама, Вы специально так сделали!» Я открыл внутри мое тонкое высокомерие – это мой враг. Самый худший враг – это высокомерие. И потом я стал делать простирания с большой радостью, потому что это эго, высокомерие ушло, какое это счастье! Поэтому простирания очень полезны.

Далее, подношение мандалы. Однажды Дромтонпа пришел к одному из своих учеников в пещеру, где тот медитировал. Его ученик тут же встал со знаками почтения, что пришел его Учитель. Дромтонпа окинул взглядом эту пещеру и спросил: «Где твое подношение мандалы?» Ученик ответил: «Когда я медитирую, иногда я погружаюсь в медитацию так, что непрерывно пребываю в этом состоянии в течение семи часов, и у меня не остается времени на подношение мандалы». Дромтонпа сказал на это: «Наш Учитель Атиша обладает сосредоточением намного более высоким, чем твое. Его сосредоточение просто несравненно, потому, что оно связано с такими состояниями как отречение, бодхичитта, мудрость познающая пустоту, поэтому это сосредоточение просто невероятное».

Например, даже тарелки не все одинаковые. Некоторые тарелки делают из золота, бриллиантов, и все говорят: «О, это невероятная тарелка». Много тарелок бывает, у кого-то это обычная тарелка, у кого-то тарелка чуть-чуть лучше, но некоторые тарелки – это просто невероятные тарелки! Точно также и концентрация. У кого-то концентрация – это просто концентрация, а у кого-то это великая, невероятная концентрация. Это как золотая тарелка, инкрустированная бриллиантами, и эту тарелку называют «невероятной тарелкой». Точно также наша концентрация – как тарелка. Если в ней есть отречение, бодхичитта, прямое

понимание пустоты, и затем через тантру, самый тонкий ум ясного света вы медитируете на пустоту, достигаете прямого постижения пустоты, то такая концентрация – это «невероятная концентрация». А если сравнивать с тарелкой, то это золотая тарелка, инкрустированная бриллиантами.

Итак, Дромтонпа скалал этому ученику: «У нашего духовного наставника Атиши сосредоточение просто невероятное, вне всяких сомнений, в нем присутствуют все хорошие качества, но у него всегда находится время на подношение мандалы. Почему же ты не можешь найти время на подношение мандалы? Как минимум утром делай три подношения мандалы, вечером перед сном также три подношения мандалы, так за день ты сделаешь шесть подношений мандалы». И поэтому, когда вы выполняете шестиразовую Гуру-йогу, в этой Гуру-йоге также есть место для подношения мандалы, и это вам необходимо делать.

Далее автор говорит, что если вы хотите сделать подношение мандалы, как вам его подготовить? Говорится, что если вы богатый человек, то очень хорошо, если вы делаете золотое подношение мандалы. Речь идет об основе для мандалы, а если вы не можете купить золотую, то очень хорошо купить серебряную основу для подношения мандалы. А если это невозможно, тогда бронзовую основу. Но если и это дорого для вас, тогда просто железную основу. Ну и говорится, что если вы очень бедные люди, то вместо железной основы вы можете использовать деревянную основу или камень, это не так важно. Автор говорит о том, что если у вас есть деньги на то, чтобы купить хорошую, дорогую основу для мандалы, а вы вместо нее используете какую-то простую, каменную или деревянную, так вы обманываете сами себя. А если вы специально покупаете очень дорогую основу, чтобы продемонстрировать другим людям, то это становится мирской дхармой. Это очень интересно – там нет фиксированной идеи: если можете, то купите. Если вы покупаете хорошую основу, то только ради того, чтобы накопить большие заслуги, а не ради того, чтобы люди подумали: «О, какая красивая мандала!» Не ради этого, а ради накопления заслуг: «У меня сейчас есть возможность купить хорошую мандалу, или хорошую статую Будды, это лучшее подношение». Если вы сделаете лучшее подношение, тогда вы жизнь за жизнью будете невероятно богаты, это мой вам совет. Поэтому не впадайте ни в одну из этих двух крайностей.

Будда Шакьямуни в одной из сутр говорил: «Когда вы выполняете подношение мандалы с правильной мотивацией, с мотивацией бодхичитты или отречения, то само подношение мандалы становится для вас причиной осуществления всех шести совершенств». Это сущностное наставление, исходящее от Будды Шакьямуни. И для начинающего это очень хороший способ накопить большие заслуги – с помощью подношения мандалы.

Что касается подношения мандалы, то я приведу вам такой пример: если вы хотите реализовать какой-то большой проект, то для этого проекта вам также нужен большой капитал. Например, если вы решили в Москве реализовать, осуществить какой-то очень большой проект, то без капитала он будет просто пустыми словами. Я много раз видел такое, когда приехал в Россию, ко мне приходили люди и говорили о таких очень красивых глобальных проектах. Я говорил такому человеку: «О, какой красивый проект, а капитал есть?» Он отвечал: «Нет». Тогда все это пустое. Если нет капитала, то это просто красивые слова, русские любят такое, все одинаковы. Поэтому, если у вас есть капитал, то даже без красивого проекта вы можете что-то сделать. А если капитала нет, то даже очень красивый проект будет нереальным, это пустые слова. Поэтому для бизнеса нужен капитал.

Также, если у вас нет заслуг, то все, что нужно для развития ума – отречение, бодхичитта, желание стать буддой ради блага всех живых существ – все это красивые слова. Для того чтобы использовать тантру в медитации, чтобы медитировать на ясный свет, иллюзорное

тело – для всего этого нужен капитал, и это заслуги. Поэтому накопить большие заслуги – это очень важный капитал для достижения духовных реализаций. И вам необходимо каждый день без перерыва выполнять по шесть подношений мандалы, а если можете делать больше, то было бы хорошо делать и больше. Ваш ум должен быть сильно охвачен пониманием того, что вы можете умереть в любой момент, а после смерти настоящий капитал – это только ваши заслуги. Думайте так: «Мне нужно накапливать заслуги. Чтобы достичь освобождения, нирваны, мне необходимо накопить заслуги. А чтобы достичь состояния будды на благо всех живых существ, мне нужно накопить три неисчислимых зона заслуг. И поэтому с сегодняшнего дня я начинаю накапливать заслуги. Пусть они станут причинами моего достижения состояния будды ради блага всех живых существ». Это то, что должно быть вашей первой мотивацией перед подношением мандалы. Далее вы делаете подношение мандалы. И в конце делаете посвящение заслуг: «Все заслуги, которые я сегодня накопил, да станут причинами для достижения состояния будды на благо всех живых существ, пусть они станут причинами счастья всех живых существ». Если вы делаете такое подношение мандалы с правильной мотивацией и с правильным посвящением заслуг, тогда за один месяц ваша жизнь изменится. Вы занимаетесь столько лет, а никаких изменений нет. Почему? Вы не занимаетесь правильно. Все просто пустое. Наполовину занимаетесь, а наполовину ваш ум блуждает туда-сюда. По-настоящему, серьезно вы не занимаетесь, поэтому, как можно получить результат? Вы говорите: «О, геше Тинлей, я двадцать лет занимаюсь, но у меня нет результата». Чем вы двадцать лет занимались? Больше тусовками, в Индию, туда-сюда ездили. Потом начинали говорить, что они такие-сякие, я такой-то школы, а другая школа плохая. Так вы накапливаете больше негативной кармы, чем позитивной.

Хотя бы в течение одного дня вы сделали серьезно подношение мандалы ради блага всех живых существ, с сильным намерением развить в своем уме сильную любовь и сострадание ко всем живым существам, с желанием накопить заслуги для того, чтобы потом помочь всем живым существам? Если вот с такой сильной любовью и состраданием один день вы будете делать подношение мандалы, с глазами, полными слез, это будет настоящее подношение мандалы. Потом вы посвящаете эти заслуги только благу всех живых существ, тому, чтобы стать буддой ради блага всех живых существ. Вот так один день вы нормально будете делать подношение мандалы. А иначе, как можно получить результат? Вот так делайте каждый день – три раза утром и три раза вечером. Развивайте в уме сильную любовь, сострадание. Если вы делаете так в течение одного месяца, то это как доза медитации, доза буддийской Дхармы. Если один месяц вы вот так серьезно, без перерыва делаете, и ваша жизнь не меняется, тогда все учение, которое я даю, – это все ерунда, чепуха, я вас обманул, тогда не приходите на мое учение.

Но если есть результат, тогда это настоящее. Например, что касается меня, то я так делал. Я ленивый, не могу много времени уделять практике, но когда я делаю, то делаю чисто. И когда я делаю практику чисто, мой ум становится другим. Когда я делаю подношение мандалы, коплю заслуги, внутри такое счастье! Утром, когда я открываю глаза, без причины я чувствую внутри такое счастье жизни! Это заслуги. Когда вы накопите очень большие заслуги, то станете очень счастливыми людьми, вы будете чувствовать, что внутри у вас есть определенное богатство. Вы почувствуете: «Я очень богатый». В России, в Америке есть люди, у которых очень много денег, но внутри – мало богатства. Для них, сколько есть – все мало, им постоянно нечего надеть. Шкаф открывают – там так много вещей, но они говорят: мне нечего надеть, у меня нет туфель, а в шкафу стоят десять – двадцать пар туфель. Почему так? Заслуг нет. У таких людей счастья нет. Один мой друг медитировал в горах, у него были одни ботинки и зимой и летом, одна миска, но он был так счастлив, внутри он чувствовал, что он самый богатый человек в мире. Поэтому богатство – это не то, что у вас есть, богатство – это состояние ума. Когда вы всем довольны, вы по-настоящему богаты, если вы копите большие заслуги, тогда у вас будет настоящее богатство. Если у



человека высокие реализации, если он реализовал шаматху – я это вижу. Это видно – у того человека большие заслуги, а у этого меньше. Я вижу – у этого человека высокие заслуги, а этого человека жалко – у него вообще нет заслуг. Последние заслуги он тратит на покупку машины, дорогой одежды, как жалко! Как бомж на последние деньги красиво одевается, а завтра что будет? Вот так, одинаково. Поэтому накопление заслуг играет очень важную роль.

Теперь, как выполнять подношение мандалы? Итак, я дам вам подробные наставления о выполнении подношения мандалы, а вы с вашей стороны каждый день минимум трижды делаете подношение мандалы, и это должно быть вашим обещанием. Вы можете спросить: «Геше-ла, как я могу носить с собой все эти объекты для подношения мандалы, когда лечу в самолете или где-то путешествую?» Это не проблема. Если у вас есть десять пальцев, то эта основа для подношения мандалы всегда с вами. Вот этот жест, когда соединены безымянные пальцы – это гора Меру, далее остальные пальцы – это четыре континента, также визуализируйте, что там пребывают все драгоценности и подносите эту мандалу. Но если вы, например, сломаете себе какую-то одну руку, вы можете подумать: «Геше-ла, а как же в этом случае мне делать подношение мандалы?» Тогда вы одной рукой можете сделать подношение мандалы, вот такой жест: средний палец – это гора Меру, а остальные – это четыре континента. Это как символ, а поверх него визуализируйте, что располагается по-настоящему очень большая гора Меру, четыре континента, всевозможные драгоценности, и все это подносите. Самое важное – это визуализация. И ее я объясню для вас. У себя дома вы должны иметь основу для подношения мандалы, а когда куда-то уезжаете, тогда используйте жест. Итак, если у вас есть основа для подношения мандалы – это очень хорошо, я немного ленюсь использовать эту основу для подношения мандалы, это моя ошибка, я тоже буду стараться использовать ее больше, и вы тоже старайтесь. Мы все – и Учитель и ученики – вместе обещаем, что будем больше делать упор на подношение мандалы. Далее автор говорит, что всего есть две традиции подношения мандалы. Одна из них – это подношение двадцати трех горстей, а другая – из тридцати семи горстей. Мы, тибетцы, говорим: подношение мандалы из двадцати трех или подношение мандалы из тридцати семи. Это две традиции. Первая традиция подношения двадцати трех кучек идет от Тилопы, Наропы. Лама Цонкапа высоко отзывался об этой традиции, и она также является традицией ламы Цонкапы. Также есть традиция тридцати семи горстей подношения мандалы, и это традиция, которая исходит от Падампы Сангье. Теперь, наша традиция – это традиция двадцати трех, и что это за двадцать три? Четыре континента, восемь субконтинентов, семь драгоценностей, сокровище, солнце и луна, и гора Меру. Они составляют подношение мандалы из двадцати трех кучек.

Теперь, когда вы делаете подношение мандалы, у вас должен быть набор для подношения мандалы. То, что должно быть в вашем наборе, – это такой кусок ткани, квадратный, желтого цвета. К одному из углов вы пришиваете ленточку, это может быть тесьма, которую вы далее оборачиваете вокруг себя, вокруг шеи. Далее, у вас должна быть основа для подношения мандалы и кроме этого рис, драгоценности и все остальное, что составляет подношение.

Первое, что вы делаете, – это левой рукой набираете немного риса и берете основу для подношения. Это «золотая земля». И поверх нее вы уже визуализируете подношение мандалы. Далее правой рукой вы также берете немного риса и трижды трете основу для подношения мандалы вашей правой рукой областью запястья. И это символизирует то, что для достижения состояния будды, для того чтобы накопить очень большие заслуги, в первую очередь вам необходимо очистить свои тело, речь и ум, в особенности избавиться от неправильной мотивации. Поэтому вы делаете три круговых движения по часовой стрелке. И следующее – три круговых движения против часовой стрелки. Итак, три движения в одну сторону и затем также три движения против часовой стрелки. Затем, когда вы произносите

«рии-гьелпо-рираб», это означает «гора Меру», здесь вы насыпаете первый элемент, гора Меру насыпается в центре. Затем четыре континента по четырем сторонам света. Затем насыпаете восемь субконтинентов между основными континентами. Далее по кругу вы рассыпаете семь драгоценностей: драгоценная царица, драгоценный министр и так далее, делаете это по кругу. Это семь драгоценностей. Далее сокровище, затем солнце и луна, справа и слева. Это двадцать три основы для подношения мандалы. Далее вы произносите слова, которые означают, что вы делаете это подношение мандалы Полю Заслуг для достижения состояния будды на благо всех живых существ. Так вы делаете обширное подношение мандалы и после этого опрокидываете ее на себя. Вначале, когда вы делаете полное, обширное подношение мандалы, вы ставите все кольца одно за другим, и у вас получается полная мандала. Сверху вы также украшаете это драгоценностью, наконечником. А если вы затем хотите сделать какое-то определенное количество подношений мандалы, то далее делаете краткое подношение мандалы – просто берете основу, затем читаете слова краткого подношения мандалы, насыпаете все элементы, сверху ставите наверхние, затем произносите «Идам гуру ратна мандалакам нирьятаями» и опрокидываете на себя. Это если вы хотите сделать какое-то определенное количество подношений мандалы.

Далее вы визуализируете, что из вашей мандалы исходят два луча в разные стороны, на конце которых располагаются цветки лотоса с полными мандалами, из которых также исходят по два луча и на их концах также мандалы. Вы представляете бесчисленное множество мандал вокруг вас и так вы накапливаете очень большие заслуги. Это то, что называется «три великие тысячи подношений мандалы». Итак, когда вы визуализируете эти мандалы, одни над другими на концах этих лучей, это представляет собой три великие тысячи подношений мандалы.

Далее автор объясняет, что представляют собой семь драгоценностей. Первая – это драгоценное колесо. Вторая – драгоценный камень. Третья – драгоценная царица. Четвертая – драгоценный министр. Пятая – драгоценный слон. Шестая – драгоценный конь. Седьмая – драгоценный сторож. Таковы семь драгоценностей.

Что такое драгоценное колесо? Говорится, что драгоценное колесо создано из золота и имеет тысячу спиц. По размеру оно очень большое, может быть, пятьсот километров. Очень большое. Это то, что возникает в силу проявления заслуг царя-чакравартина. Когда рождается царь-чакравартин трех вселенных, то вместе с ним появляется также это драгоценное колесо. Оно движется в пространстве и похоже на солнце или комету. Оно яркое как солнце и перемещается в пространстве, летит как комета. Его не все могут увидеть. Что касается описания этого колеса, то оно существует не с человеческой точки зрения, а с более высокой точки зрения. Если ученые не видят горы Меру и четырех континентов, то мы не можем отрицать их существования, и также если они не видят драгоценного колеса и других сокровищ, то мы не можем говорить, что их не существует. Ученые не видят Дхармакаю. Эйнштейн не видит Дхармакаю, и поэтому говорить, что Дхармакаи нет – это смешно. Ученый смотрит в микроскоп, видит там маленькие-маленькие частицы, но эти вещи, которые не видно глазами, в микроскоп также не видно. Они смотрят в микроскоп, ничего не видят, и говорят, что этого не существует. В нашем доме, в Москве существует очень много духов, ученые их не видят, но вы не можете говорить, что их не существует. Поэтому, если говорить о системе мироустройства, которую описал Васубандху, с горой Меру, четырьмя континентами, то мы не можем полностью отрицать существование такой вселенной, потому что у нас недостаточно знаний, доказательств того, что это не существует. Если причина состоит в том, что ученые этого не понимают, то нужно сказать, что есть очень много всего, чего ученые не понимают, поэтому это не может быть основанием для доказательства не существования чего-то. Настоящие ученые говорят:

«Мы не можем согласиться, но не можем и отрицать». Так говорят настоящие ученые. Они не могут согласиться, потому что нет доказательств существования, но и отрицать не могут, потому что также нет доказательств не существования. Поэтому настоящие ученые не говорят: «Бог не существует», поскольку у них нет достаточных доказательств того, что Бог не существует. Они не могут сказать также, что духи не существуют, поскольку у них нет доказательств их не существования, просто они не могут согласиться с их существованием. Это правильно. Поэтому, если речь идет о каких-то системах, которых вы не понимаете, не говорите: «А, это все чепуха, ерунда!» Так не говорите. Драгоценное колесо является проявлением кармических отпечатков царя-чакравартина, и это то, что выходит за человеческую точку зрения. Драгоценное колесо охраняет царство царя-чакравартина. А также драгоценное колесо исполняет желания царя-чакравартина.

Далее, вторая драгоценность – это драгоценный камень. В действительности говорится, что он создан из лазурита. И также он имеет восемь углов. Из него исходят пять видов света, пятицветные лучи, не так, что на него падает свет и от него что-то отражается, а от него самого исходит этот свет. Ночью этот свет распространяется на пятьсот километров. И этот камень может сиять так же ярко, как солнце. В жаркие времена этот драгоценный камень вырабатывает холод. А в холодные времена наоборот этот драгоценный камень согревает. Где бы ни находился такой драгоценный камень, в этом месте не будет эпидемий, болезней. И также в том месте, где пребывает такой драгоценный камень, люди не умирают преждевременно. В нашем мире многие люди умирают преждевременно, когда их жизненный срок еще не иссяк, но из-за каких-то условий, несчастных случаев, аварий, болезней их жизнь прекращается. Вот такого не происходит. Также этот драгоценный камень исполняет все желания царя-чакравартина. И он также является результатом проявления заслуг царя-чакравартина. Поэтому, когда вы делаете много подношений мандалы, вы создаете причину рождения царем-чакравартином. Когда вы родитесь царем, все эти вещи станут вашими вещами. Поэтому такие заслуги – это невероятные заслуги! Я даю вам объяснения, опираясь на коренной текст, а не просто говорю о том, что приходит мне на ум.

Следующая драгоценность – это драгоценная царица. Она рождается по родовой линии царей, она не слишком высокая, не слишком низкая, не очень полная, не очень худая. Европейские фотомодели – это не драгоценная царица. Слишком худая как палка – это не считается царицей, слишком толстая тоже не считается. Если женщина среднего размера, есть больше вероятности, что это драгоценная царица. У нее очень красивая фигура – где плоти должно быть больше, там ее больше, а где должно быть меньше – там меньше. То, что в настоящее время люди объясняют как стандарты красоты, то же самое приводится в этом тексте. Также она очень вежливая. Даже если вы просто видите ее, от этого вам очень приятно. От ее тела естественным образом исходит очень приятный аромат, не такой как французские духи. Если вы хотите узнать настоящую царицу, посмотрите на женщину после душа, без французских духов. Можете так понюхать вашу девушку после душа (я просто шучу), до того, как она будет использовать духи, косметику и так далее, проверьте, если ли у нее такой особый аромат, и тогда есть определенный шанс, что это драгоценная царица. Из ее рта также исходит очень особый приятный аромат. Также, где бы ни пребывала эта драгоценная царица, везде воцаряется гармония, нет никаких эпидемий, никто не страдает от голода. Даже если просто прикоснуться к ее телу, то во всем вашем теле вы чувствуете особое блаженство. Вместо омрачений в вас порождаются сильные любовь и сострадание. Она не имеет никаких женских недостатков, а только все благие качества. И где бы она ни находилась, она всегда чувствует, что является матерью всех окружающих ее людей. Такие качества присущи матери Его Святейшества Далай-ламы. Это качества драгоценной царицы.

Следующее – это качества драгоценного министра. В действительности министр является главным защитником царя-чакравартина. И он настолько мягок внутри, что никогда не унижает слабых людей и никогда не совершает ни единого действия, противоречащего Дхарме. Он также обладает всеми мирскими достоинствами, все время исполнен энтузиазма, никогда не ленится. И какая бы мысль ни возникла у царя-чакравартина, министр сразу же понимает ее и исполняет. Царю не нужно отдавать приказы, сделать то-то и то-то, какая бы мысль ни появилась у царя в уме, министр сразу же понимает ее и исполняет на практике. Куда бы он ни отправился, он обладает такой невероятной великолепной формой, также он подчиняет всех духов вокруг и приводит к тому, что они не совершают никаких негативных действий. Он также обретает преобладание над всеми злонамеренными людьми, так что те не могут совершить ни одного дурного действия. Если говорить коротко, то это тот, кто осуществляет все желания царя-чакравартина, это министр, драгоценный министр.

Следующая драгоценность – это драгоценный слон. Это белый слон, он такого очень большого размера – когда движется, похоже, что движется большая белая гора. Что касается этого белого слона, то Шестой Далай-лама дал описание его внешности. В тайной биографии Шестого Далай-ламы приводится это описание. Что касается поведения Шестого Далай-ламы, то многие люди понимали его неправильно. Шестой Далай-лама вел себя определенным образом для того, чтобы в будущем защитить Тибет от китайской оккупации. Тибетцы судили по внешней видимости и не понимали смысла, который находится глубже этой внешней видимости, поэтому в то время они совершили ошибку. Из-за этого в наши дни мы потеряли нашу страну. Если бы в тот момент не было неверных суждений относительно Шестого Далай-ламы, у которого была супруга, был ребенок, то сейчас китайцы не смогли бы вторгнуться в Тибет. Раньше люди не знали буддийской философии, поэтому они думали, что монашеские одежды – это очень важно, и если не монах – то все, это не буддист. Это непонимание философии. Тилопа, Наропа – не монахи, но они великие йогины. Люди так говорили, потому что не понимали философии. Поэтому они считали, что если Пятый Далай-лама был монахом, то Шестой Далай-лама должен был обязательно быть монахом, и если он снимает монашеские одежды, то его уже не хотят видеть как Далай-ламу, все это из-за непонимания философии. Когда люди поймали супругу Шестого Далай-ламы, она была беременна, они ее убили, разрезали ей живот и увидели, что в ее чреве находится младенец, который сидит в такой особой позе медитации. Это было воплощение Ваджрапани. Если бы этот ребенок родился, то в наше время Тибет не оказался бы в условиях оккупации Китаем. Далее эти люди хотели убить Шестого Далай-ламу, но для того, чтобы они не накопили негативную карму, Шестой Далай-лама совершил побег. Шестой Далай-лама создал такую видимость, как будто он умер, но, в действительности, хотя он не умер в этот момент, но он также переродился в другом месте, в Литанге как Седьмой Далай-лама. Шестой Далай-лама написал такие слова в одной из своих песен: «Белый лебедь, подари мне свои два крыла, на них я не улечу слишком далеко, из места Литанг я вернусь обратно в Лхасу». Седьмой Далай-лама родился в Литанге. Итак, появилось воплощение Седьмого Далай-ламы, а в то же время шестой Далай-лама еще не умер.

Сейчас я расскажу вам всю эту историю Шестого Далай-ламы. Мы думаем, что если появилась реинкарнация мастера, то он должен умереть. Нет, высокий мастер, не умирая, может явить реинкарнацию. Он может явить миллион тел, почему же он не может явить два тела? Шестой Далай-лама не уходил из жизни, потому что у него оставались определенные кармические связи, он должен был осуществить определенные действия, и только после этого уже покинуть этот мир. Одна из таких кармических связей у него была с его сестрой. Когда они были детьми, играли вместе, сестра толкала шестого Далай-ламу на камни, роняла его на землю и там остались даже вмятины в камне, в земле. Когда она сильно толкала, Шестой Далай-лама являл чудеса – ему не было больно. Также она обзывала

шестого Далай-ламу обезьяной. Из-за этой кармы она родилась обезьяной. Шестой Далай-лама думал так: «Она создала такую карму, родилась обезьяной, и причина этого – я сам, поэтому я должен о ней позаботиться». Он принял на себя такую ответственность, что он должен освободить ее. И первым делом Шестой Далай-лама отправился в то место, где его сестра переродилась обезьяной. Обычно эта обезьяна вела себя очень тихо, спокойно, но как только увидела Шестого Далай-ламу, сразу же обрадовалась, начала прыгать. Она помнила, что это ее брат. Она сразу же прыгнула, обняла его, и головой склонилась к его ногам, выражая сожаление о том, как она вела себя в прошлом, когда они были детьми. Она с сожалением понимала, что переродилась обезьяной из-за того, что плохо себя вела с Шестым Далай-ламой в прошлой жизни. Шестой Далай-лама гладил ее, обнимал, они вместе провели какое-то время. Также в течение этих двух дней он провел все необходимые особые ритуалы. Шестой Далай-лама сказал хозяину этой обезьяны: «После того, как я уеду, через два дня она умрет, похороните ее в таком-то месте и не переживайте, она обретет высокое перерождение». Потому что хозяин очень любил эту обезьяну, она была уникальной, очень особенной.

Таким образом, Шестой Далай-лама продолжил свои дела, далее он направился к горе Кайлаш. Там он увидел этого белого слона и сказал, что такой слон действительно существует. Извините, сначала он увидел снежного льва. А в другом месте он увидел этого белого слона, который описывается в подношении мандалы, и он говорил о том, что этот слон появляется в нашем мире раз в пятьсот лет. Поэтому это существует. Шестой Далай-лама обманывать не будет. Он говорит, что видел этого слона своими глазами. Далее он направился в Лхасу. И когда он прибыл в Лхасу, проходила церемония возведения на трон Седьмого Далай-ламы. Итак, Шестой Далай-лама тоже прибыл туда. Когда оракул Нечунг увидел одновременно Шестого Далай-ламу и Седьмого Далай-ламу, он не знал, перед кем ему первым сделать простираие. И сразу же мгновенно сделал простираие перед Шестым далай-ламой. У всех присутствующих людей возник вопрос, почему он первым сделал простираие перед этим человеком, а не перед Седьмым Далай-ламой. Шестой далай-лама дал ему знак рукой, что так делать не нужно, и тогда оракул Нечунг сделал вид, что делает протирания перед четырьмя сторонами света. Все люди успокоились. Такова эта история.

Итак, очень важно придерживаться чистого видения, никого не судить. Как говорил Будда: огонь под золой разглядеть очень трудно. Поэтому не судите других людей, судить вы можете только самих себя. Судить других – это не является вашей ответственностью. Ваша ответственность в том, чтобы судить самих себя и становиться лучше. Потому что вы знаете, что можете судить о том, кем вы являетесь. Если вам говорят о чьих-то недостатках, скажите: «Они такие-сякие – это не мое дело. Пожалуйста, мне много не говори. Я хочу знать свои ошибки, чтобы стать лучше. Глупые вещи мне не говори, если хочешь поговорить со мной – заведи философский разговор, если хочешь дискуссию – то проведи философскую дискуссию. Они такие, они сякие – это мне неинтересно».

Если дискуссия – то философская дискуссия, или тихо сидите, молитву читайте, потом чуть-чуть пошутите, шутить надо, потому что это тоже расслабляет. Здоровое тело – это тоже хорошо. Но осуждать другого человека – это неправильно. От имени буддизма говорить – ислам такой-сякой, христианство такое-сякое, – это негативная карма. Весь ислам не плохой, там тоже есть много хороших мусульман. Некоторых христиан, таких как Мать Тереза, я даже больше уважаю, чем тех, кто называют себя буддистами, и не только буддистами, а тибетскими буддистами, говорят с высокомерием, что они гелугпинские буддисты – я этого не уважаю. Если говорят: «О, это буддист, и не только буддист, это тибетский буддист, не только тибетский, это гелугпинский буддист», – у меня такого нет.

Это высокомерие я не уважаю. Христианин или не христианин – разницы нет. Добрых людей я всех уважаю. Вам тоже так надо.