

Итак, как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Порождать правильную мотивацию – это очень важно и в вашей повседневной жизни и также во время практики. Даже в вашей мирской жизни, если вы что-то делаете с мотивацией зависти, с какой-то негативной мотивацией, то, в конце концов, все окончится какой-то катастрофой, это я могу сказать с уверенностью на сто процентов. Поэтому не только в духовной области, но также и в ваших мирских делах, если вы занимаетесь чем-либо с негативной мотивацией, то я на сто процентов, могу сказать, что это закончится чем-то очень плохим. Даже если вы занимаетесь мирским бизнесом и при этом думаете, что ту выручку, которую вы обретете, вы используете не только ради собственного блага, но и для того чтобы помочь своим близким, родственникам, то в этом случае есть большой шанс добиться успеха. Если с такой хорошей мотивацией вы будете всем заниматься правильно, как полагается, то я уверен на сто процентов, что это даст хороший результат. Но если у вас только хорошая мотивация, но при этом вы не занимаетесь делами правильно, допускаете какие-то ошибки, то это тоже не приведет к хорошему результату, поэтому буддизм придерживается очень научного подхода. Если у вас неправильная мотивация, то, как бы безусловно вы ни вели какое-то дело, в конце концов, оно обязательно рухнет, это я точно могу сказать. В шахматах это называется дебютная ошибка. С дебютными ошибками, какие бы красивые ходы вы ни делали, в конце концов, у вас партия рухнет. Если вы не допускаете ошибок с дебютами, выстраиваете правильный дебют, то даже если вы не очень умный игрок, все равно далее по мере развития партии ваша позиция будет становиться все крепче и крепче. Шахматная игра – это просто пример. Правильный дебют – это правильная мотивация, а неправильный дебют – это неправильная мотивация. Это мой небольшой совет для вас не только для практики Дхармы, но также и на вашу повседневную жизнь.

Мирской мотивации недостаточно для Дхармы, для Дхармы необходима, как минимум, забота о счастье в будущих жизнях. Почему? Какие подсчеты вы ведете в настоящий момент? В настоящий момент вы подсчитываете, каковы ваши финансы, каковы ваши отношения с другими, ваша власть и так далее. Это может иметь определенное значение, но однажды произойдет так, что все это не будет учитываться. Ваши деньги не будут иметь значения, ваша власть также не будет учитываться. Также и ваши отношения, с какими бы высокопоставленными людьми они ни были, они также не будут иметь значения. Потому что они все основаны на временных мирских законах. В момент смерти учитывается только одно – только ваши действия, потому что это опирается на закон кармы. Карма – это ваши действия тела, речи и ума. Что касается ваших поступков, то если вы создаете больше положительных действий, то в этом случае вас ждет более светлое будущее, а если больше негативных действий, то в будущем будет больше проблем, и это на сто процентов так, вплоть до вашего достижения состояния будды. Такая расчетливость – это настоящая расчетливость. Однажды такой момент наступит, и ваши действия будут говорить громче, чем что-либо другое. Поэтому ради счастья будущей жизни, сегодня получайте благословение Белой Тары. Для очищения негативной кармы также получайте благословение Белой Тары, и это тоже очень хороший вид расчетливости для предотвращения своих будущих проблем. И не только эта у вас должна быть мотивация, получайте благословение Белой Тары для обретения безусловно здорового состояния ума. Так что на основе своих подсчетов вы приходите к выводу, что только это является безусловным счастьем, а все остальное не является счастьем.

Итак, если проводя подсчеты в своем уме, вы приходите к выводу, что только безусловно здоровое состояние ума является счастьем, а все остальное не является настоящим счастьем, тогда вы по-настоящему умные люди. Иногда мы думаем, что математика – это нечто, имеющее отношение к цифрам, но в действительности это лишь пример математики. Цифры – это детская математика. Дети это видят: два плюс два – четыре. Настоящая математика – это когда вы проводите мудрые подсчеты, и думаете, что если вы поступите так-то и так-то, то получите такой результат, а если поступите как-то по-другому, то получите другой

результат. Таким образом, закон кармы – это буддийская математика. Отречение – это математика очень высокого уровня, и здесь, когда вы проводите подсчеты и анализируете любые виды счастья, то вы понимаете, что в мирской области вы не можете достичь настоящего счастья. Будда говорил, что только нирвана – это покой, и это математика очень высокого уровня. Это на сто процентов – кроме нирваны нет состояния настоящего умиротворения, счастья. Будда сделал такое окончательное заключение. Итак, Будда доказал, что чего бы вы ни достигли, кроме безусловно здорового состояния ума, в конце концов, это будет приносить какие-то трагедии, новые проблемы. Будда доказал это. Поэтому, какой бы сансарический объект вы ни обрели, вам может показаться это счастьем, но в действительности он принесет вам какие-то другие проблемы и не принесет настоящего покоя ума. Тогда, если вы обретете убежденность, что только безусловно здоровое состояние ума является настоящим счастьем, покоем, то вы устремитесь к этому с пониманием того, что все остальное приносит какие-то другие проблемы.

Теперь, какую логику использовал Будда, когда говорил, что только безусловно здоровое состояние ума является настоящим покоем? Не думайте, что здесь используется какая-то очень сложная логика, логика очень простая. Так, можно говорить о любом другом объекте, если он по-настоящему является объектом счастья, то, чем больше бы вы его испытывали, тем более счастливыми вы бы становились. Это логично. Если это объект счастья, то, чем больше вы его переживаете, тем более счастливыми становитесь. Это логично. Например, когда вы сильно проголодались, вы думаете, что пища – это объект счастья. Но если вы так все больше и больше принимаете пищу, то позже она превращается в объект страдания. Так же как и с едой, так же и с любым сансарическим объектом, чем больше вы его переживаете, тем больше он приносит каких-то других страданий, поэтому он не является настоящим объектом счастья. Например, иголка – это объект страдания. Если вы все больше и больше вонзаете ее в свое тело, то у вас ощущения никогда не переходят в счастье, а наоборот страданий становится все больше и больше, поскольку это настоящий объект страдания. Если пища или любые другие сансарические объекты по-настоящему являлись бы объектами счастья, то, чем больше бы вы их переживали, как в случае с этой иголкой, тем счастливее бы вы становились. Во всей вселенной есть только одно явление, при переживании которого вы становитесь все счастливее и счастливее, это только покой ума, только нирвана. Поэтому Будда говорил, что только нирвана – это покой. Если вы убедитесь в этом, это будет очень полезно. Тогда вы станете математиком высокого уровня. Тогда ваша расчетливость будет безошибочной, очень хорошей.

Вы стремитесь не только к достижению безусловно здорового состояния ума, но также и для того чтобы всех живых существ избавить от страданий, привести их к безусловно здоровому состоянию ума: «Пусть я достигну состояния будды». И это самая высокая мотивация. Если с такой мотивацией вы получаете благословение Белой Тары, то это будет очень мощное благословение. Если с такой мотивацией пять минут или даже две минуты вы правильно все визуализируете, то создадите невероятную позитивную карму. В буддизме говорится, что количество вашей практики не имеет особого значения, самое важное – это качество вашей практики. А качество возникает благодаря вашему правильному образу мышления, благодаря правильным расчетам в вашем уме. Поэтому желание достичь состояния будды на благо всех живых существ – это самая высшая расчетливость, высшая математика.

Недавно я написал одно четверостишие, оно относится к буддийской математике. У меня один из друзей профессионал математик, и когда мы с ним разговаривали, он мне сказал, что математика – это не обязательно цифры, например, когда мы ведем машину, мы думаем о том, кто и как едет рядом, с какой скоростью, если я буду неосторожен, то может произойти авария. Это тоже математика. Тогда я подумал, что буддийская философия – это тоже математика. Любые подсчеты – это математика. Не обязательно нужна бумага, ручка.

Когда мы что-то считаем, все это математика. Тогда я подумал: это буддийская математика. Раньше я думал, что математика – это бумага, что-то на ней писать, считать. Но когда я думаю, что если я сделаю так-то и так-то, то мне будет то-то и то-то, это тоже математика. Тогда это буддийская математика. Тогда я понял, что в буддизме математика – это когда вы правильно проводите подсчеты в своем уме, принимаете правильное решение, и тогда это настоящая математика. Поэтому у буддизма с наукой, с математикой тоже есть связь. С физикой у буддизма тоже есть связь. Все это не только для того, чтобы построить красивый дом, если это связано с тем, чтобы создать здоровое состояние ума – тогда это буддийская математика.

Итак, изречение, которое я недавно написал, я думаю, что это буддийская математика. Если вы как следует, подумаете над этим, то поймете, что это очень глубокая буддийская математика: «Когда я думаю о счастье, я желаю достичь состояния будды. Когда я думаю о страдании, я желаю достичь состояния будды. Когда я думаю о своем благополучии, я желаю достичь состояния будды. Когда я думаю о благополучии других, я желаю достичь состояния будды. Да смогу я достичь состояния будды на благо всех живых существ!»

Что это означает? Это моя математика. Когда я думаю о счастье и причинах счастья, то настоящее счастье – это ум, полностью свободный от омрачений, реализовавший весь свой потенциал. Поэтому с точки зрения обретения счастья нет более высокого счастья, чем достижение состояния будды. Я также проводил анализ счастья, и думал о том, что если стану, например, президентом Америки или президентом России, это не принесет настоящего счастья, там будут другие проблемы. Я также думал, что если буду богатым как Билл Гейтс, но провожу анализ – там тоже очень много проблем. Даже у мирского бога тоже проблемы. И когда я провел такой анализ, то понял, что только состояние будды, когда реализован весь потенциал, нет ни одного негативного состояния ума, о, это настоящее счастье! Самое надежное счастье – из жизни в жизнь я могу не только сам быть счастливым, я могу помогать другим. Это моя математика.

Далее: когда я думаю о страдании, я желаю достичь состояния будды. Это значит, что я анализирую, в чем состоит страдание и в чем заключаются причины страданий. Мы проводим анализ: что такое страдание, есть много разных видов страдания. Что такое причины страдания, тоже анализируем. Как избавиться от этих проблем? Это устранить причины этих страданий, то есть обрести безупречно здоровое состояние ума. Когда вы обретаете безупречно здоровое состояние ума, когда вы избавляетесь от болезни омрачений, это означает, что это состояние ума свободно от омрачений. Поэтому, когда я анализирую страдание, в чем состоят причины страдания, и как от них избавиться, то на ум приходит только одна мысль – это достичь состояния будды. И ради своего благополучия и ради благополучия других, безупречно здоровое состояние ума, самое лучшее – это только достижение состояния будды. Таким образом, это становится моей целью.

Итак, со всех точек зрения это то, что устраняет все проблемы и приносит все счастье, все возможное счастье. Поэтому только глупый человек не захочет обрести это состояние, а те, кто имеет определенные мозги, кто же не захочет этого! Нужно, чтобы к вам чуть-чуть пришло такое желание через собственный анализ, а не потому, что геше Тинлей так сказал, поскольку влияние другого человека не так эффективно. Буддизм говорит, что через влияние других вы чуть-чуть получаете эмоций, но это ненадежные эмоции. Потом другие люди говорят другие вещи, и у вас тоже появляются другие мысли. Поэтому буддизм говорит, что влияние должно быть через свой анализ. Когда вы сами проводите анализ и приходите к выводу, что я хотел бы достичь именно этого, то в этом случае это не является промывкой мозгов, а это логичное решение. Сначала, когда я слушал учение моего Учителя Далай-ламы, я думал, что это хороший совет, но я буду анализировать. Нужно иметь свою голову. Потом я анализировал и думал: «Далай-лама, Вы правы». Когда я играл в шахматы,

мой тренер мне сказал, что нужно сделать такой-то ход, но я не согласился. Он мне сказал: «Это ошибочный ход, а вот это правильный ход». Я сначала не соглашался. Потом я посмотрел, проанализировал и говорю: «Да, вы правильно сказали. Мой ход дальше приведет к тупику, а ваш ход открывает широкие возможности». Это правильный дебют. Мой ход – это неправильный дебют, потому что у меня нет опыта, я всего не вижу. Точно так же учение Будды. Если вы начинаете больше понимать философию, больше анализируете, потом вы думаете, что старые привычки, неправильные привычки – все это дебютные ошибки, а что говорит Будда, это правильный дебют. Через свой опыт, через свой анализ вы это понимаете, и это называется настоящее учение Будды. Тогда, если вы начнете менять свой ум, это будут настоящие изменения. Это не будет влиянием каких-то других людей, это будет ваша собственная убежденность. И тогда, даже если тысяча человек скажет вам, что ваше решение ошибочное, вы не измените своей позиции, поскольку это ваше собственное решение. Например, если я провел свой анализ, то потом, даже если тысяча самых умных ученых скажет, что это глупые мысли, мой ум не изменится. Даже если тысяча людей так скажет, я подумаю, что они еще этого не знают, поэтому они так думают, я вижу, почему они так говорят, просто они знают недостаточно. Вы тоже так можете.

Итак, сегодня, для того чтобы получить благословение Белой Тары, в первую очередь вам нужно принять обет прибежища. Прибежище означает полагаться на учение Будды, на благие качества своего ума и также на Сангху. В особенности, если говорить о четырех благородных истинах, которые открыл Будда, им вам нужно на самом деле доверять. Тот путь, который указал нам Будда, он указал исходя из собственного опыта, полностью устранив все страдания и реализовав весь потенциал своего ума. Будда, исходя из собственного опыта, указал путь освобождения. Итак, доверять этому учению – это называется прибежищем. Доверять своим благим качествам ума – это тоже прибежище. Будда говорил, что если вы используете свои негативные состояния ума, то это принесет только страдания, а если используете позитивные состояния ума, это принесет только счастье, и очень важно доверять этому. Как только у вас возникает какая-то проблема, я уверен, что появляется какое-то негативное состояние ума, чтобы решить эту проблему, но вы должны сказать ему: «Нет, нет, это мне не нужно. У меня и так есть проблема, мне не нужно делать проблему еще хуже». Итак, не принимать прибежище в своих негативных состояниях ума, а принимать прибежище в позитивных состояниях ума, это называется принятием прибежища в Дхарме. И это самое главное прибежище. Вы думаете, что если примете прибежище, то кто-то своими руками вас спасет, но это теория Бога-творца. Вы молитву читаете, читаете, и потом Бог говорит: «Ну, ладно, ты сто тысяч раз начитал молитву, я тебе помогу». Это теория о Боге-творце. Иногда в буддизме бывает, что люди не имеют правильных знаний философии и думают, что если практикуют тантру, начитывают мантры, то затем придет божество и каким-то образом своими руками защитит их, но это является теорией Бога-творца.

Это такое божество, которое говорит: «Ты мне сто тысяч мантр не начитал, я тебе не помогу, а ты мне начитал сто тысяч мантр, я тебе помогу». Это детские мысли. Зачем в таком божестве принимать прибежище? В буддизме есть божества, но нет таких божеств, которые говорят: «Ты мне молитвы читал, я тебе помогу, а ты молитвы не читал, я тебе не помогу. О, ты мне сто тысяч буддийских мантр начитал, я тебе помогу, а ты ни одной мантры вообще не начитал, я тебе не буду помогать». Такой бог или божества – это детские божества. Таких божеств не бывает. Они всегда готовы всем живым существам помогать. Тогда почему они нам не помогают? Потому что мы со своей стороны причин не создали. Если мы со своей стороны создали причины, прибежище приняли, то им удобно нам помогать. У них нет такой мысли: «Это буддист, я ему помогу, а он не буддист, я ему не помогу». Такого нет. Они такие чистые, добрые. Они готовы помочь любым живым существам, разницы нет. Даже если кто-то их критикует, говорит: «Я не верю в религию», –

к нему одинаковые мысли. Поэтому, кому-то помогают, кому-то не помогают – это зависит от того, создали вы сами причины для этого или не создали.

Поэтому настоящее прибежище в Дхарме – с этого момента использовать только свои позитивные состояния ума и никогда не использовать негативные состояния ума. Никогда не полагайтесь на негативные состояния ума с пониманием того, что это не поможет вам решить ваши проблемы, а наоборот сделает ситуацию только хуже. Также вам нужно понять, что нет яда хуже, чем негативные состояния ума. И также нет лекарства более мощного, чем позитивные состояния ума. И это называется принятием прибежища в Дхарме. Я не встаю рано утром, все время не читаю: «Я принимаю прибежище в Будде, я принимаю прибежище в Дхарме, я принимаю прибежище в Сангхе...» Я, как и вы, долго сплю. Но когда мои глаза открываются, мои мысли направлены на позитивные состояния ума. Сразу ум становится позитивным. Это самое главное. Прибежище в позитивных состояниях ума – это когда негативные состояния ума придут, вы говорите им: «Нет, я и так ленивый, если и вы еще придете, у меня кошмар будет». Поэтому для такого ленивого человека как я, самое надежное – только глаза открыл – сразу приходят позитивные состояния ума. Потом у вас появится привычка к позитивным состояниям ума, это сделает вас еще счастливее. Не только в будущем вы станете счастливыми – сейчас. Позитивный человек всегда радостный, счастливый.

Тот, кто сорадуется счастьем других, сам становится самым счастливым человеком. Это правда. Когда я вижу любого человека, если он счастлив, я сорадуюсь, у меня нет зависти. Зависть – это состояние ума, которое разрушает свое счастье, это яд. Если зависти нет – какое счастье! Если другой человек счастлив – как хорошо, у них так много проблем, сегодня они такие радостные, счастливые. Если сосед купил машину, долго копил деньги, скажите ему: «О, хорошо, ты машину купил, но не думай, что это только твоя машина, это наша машина». Он, сосед, тоже будет рад, скажет: «Это наша машина». Всегда так думайте. О ваших близких, родственниках, всегда, когда они что-то получают, думайте: «Как хорошо, они так счастливы». Потом надо говорить: «Это не только твое, это наше». Они тоже будут позитивными, потому что на машине вместе можно ездить, гулять. Когда есть компания – это счастье. В жизни тоже, без компании только один человек не может быть счастливым.

Я недавно смотрел фильм «Пассажиры». Один человек перелетал на космическом корабле с одной планеты на другую планету с группой людей. И посередине этого полета он проснулся. Все спали, а он один проснулся. В этом космическом корабле были все необходимые удобства, но через пару дней он уже начал почти сходить с ума. Еда есть, все есть, что хочешь, но человек один сидит, компании нет, счастья нет. Итак, я понял, что для человека гораздо важнее окружение, окружающие его люди, это важнее, чем богатство, собственность, которой он владеет. Что касается сансары, то в сансаре (нирвана – это исключение), если говорить о сансаре, то в сансаре хорошая компания, или даже плохая компания – это лучшее богатство. Он говорил, что даже если бы рядом был враг, который бы меня ругал, это все равно приятнее, чем когда рядом никого нет. Даже если ругают друг друга – все равно это компания. Этот фильм мне очень понравился. Когда вы так смотрите, это тоже как математика, вы думаете: «А, да-да, это правильно». Тогда вы математик. Вы думаете, что математика – это когда что-то пишут на бумаге, нет, это делать анализ, считать: «А, да-да-да». Поэтому в сансаре не только хорошая компания, но даже и плохая компания – это лучше, чем богатство, какая-то одежда.

Теперь принимайте прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе. Над моей головой визуализируйте Его Святейшество Далай-ламу в облике Будды Шакьямуни в окружении всех будд, божеств, бодхисаттв, тех, кто заботится о других больше, чем о себе. Это святые личности, заботящиеся о других больше, чем о себе. И благодаря этому появляется все ваше

счастье. Ваша цель такая: «Пусть однажды я смогу заботиться о других больше, чем о себе». В результате вы обретете безупречное счастье. В настоящий момент ваша математика вам говорит, что если я стану заботиться о других больше, чем о себе, как я смогу выжить в этом мире? Это математика очень низкого уровня. Когда я не знал хорошо шахматы, и тренер мне говорил, что нужно сделать гамбит, я думал: ой-ой-ой, зачем гамбит? Как же я потом буду? Потом я понял, что гамбит – это полезно. Что-то маленькое отдать – потом можно получить что-то большее. Такие расчеты – это тоже математика. Поэтому шахматы – это тоже математика. Если я такой-то ход сделаю, то будет такая-то вывода. Это тоже математика.

Итак, постепенно старайтесь изучать философию и позже в своем уме вы придете к таким подсчетам, что забота о других больше, чем о себе, это источник всего счастья. Итак, постарайтесь в будущем понять это. Получайте учение по философии снова и снова, рассматривайте со всех точек зрения, и тогда вы придете к убежденности, что забота о других – это источник всего счастья, а эгоистичный ум – это источник всех страданий. Если вы поймете это, тогда вы по-настоящему понимаете философию. А что сделает с вами эта философия? Она сделает вас полностью безвредным человеком, а также источником счастья для других.

Теперь соедините руки. Когда я буду говорить НАМО ГУРУ БЕ, НАМО БУДДАЯ..., повторяйте за мной. И в конце изо рта Будды, из моего рта исходит белый свет, проникает через ваш рот, и остается в вашем сердце в качестве обета прибежища, обета не вредить другим. «Я принимаю прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе, пожалуйста, защищайте меня, и в качестве ответственности я обещаю, что не буду вредить ни одному живому существу. В этом состоит мой обет». Итак, соедините руки и повторяйте за мной с очень радостным состоянием ума: «Сегодня я нашел правильное направление для решения своих проблем и обретения счастья».

Теперь, принятия одного лишь обета прибежища недостаточно, вам также нужно принять обет бодхичитты. Главный обет бодхичитты – это обет помогать другим, также никогда не оставлять желания достичь состояния будды, и это главный обет бодхичитты. Для того чтобы никогда не отказываться от желания достичь состояния будды на благо всех живых существ, в первую очередь вам необходимо развить такое желание на основе ясного понимания. Если под влиянием моего учения вы в своем уме придете к такому выводу, что для меня самая лучшая цель – это достичь состояния будды на благо всех живых существ, то это тоже будет очень хорошо. Но одним этим не ограничивайтесь. Это влияние других, это хорошее влияние, но влияние других ненадежно. Вам необходимо прийти к такому желанию на основе собственного анализа, тогда оно будет более стойким. Поэтому философское учение является очень важным. Итак, это должно быть практичным решением, исходя из повседневного опыта, вы анализируете снова и снова и говорите, что для меня это самая высокая цель, самое высшее желание, самая высшая амбиция. Поэтому, чем больше у вас опыта, тем лучше это для принятия правильных решений.

Недавно я написал один совет: «Все хорошие решения возникают из опыта. Опыт происходит из плохих решений. Ошибки – это не трагедия, но ничему не учиться на ошибках – вот это трагедия». Кто не совершает ошибок? У всех есть определенные ошибки, сами ошибки – это не трагедия, но если вы ничему не научитесь, допуская ошибки, тогда это трагедия. Чему вы сможете научиться на своих плохих решениях? Постепенно вы придете к тому, что в сансаре нет настоящего счастья. Также на основе собственного опыта вы постепенно придете к тому, что эгоистичный ум является источником всех страданий. Если вы по-настоящему проведете правильный анализ, то увидите, что все ваши проблемы возникают не откуда-то снаружи, а происходят из-за вашего собственного эгоистичного состояния ума. Например, в математике пять плюс пять равно десять. Если кто-то скажет,

что пять плюс пять это девять, то это будет ошибка. Также, если вы скажете, что источник моих страданий находится где-то снаружи, это неправильный ответ. Это как пять плюс пять равно девять. Источник ваших страданий имеет место со стороны вашего ума, и не просто ума, а это негативные состояния ума, это на сто процентов безошибочный математический ответ. Если вы это сейчас понимаете, то вы подумаете: «Эгоистичный ум – это источник моих страданий». Тогда вы что поняли? Вы поняли, что моего врага там нет. Настоящий мой враг здесь сидит.

Во времена Будды однажды Будда вступил в состязание с Девадаттой. Будда был принцем в то время. Он победил Девадату в этом состязании, и друзья Будды сказали ему: «Мы поздравляем вас, сегодня вы победили своего врага Девадату». Что Будда ответил на это? «Девадатта – не мой враг. Мой враг находится здесь». Это очень хорошая аналогия. Два плюс два – четыре. Если вы говорите, что ваш враг там, то вы ничего не понимаете в математике. Два плюс два равно четыре вы знаете, но это детская математика. То, что вашего врага там нет, что он находится здесь – это взрослая математика, настоящая математика. Из-за такой математики ваша жизнь будет все счастливее и счастливее. Если ваша математика состоит из цифр, то вы как человек цифр. Когда я был маленьким, я хорошо знал математику, и в своем классе был одним из лучших в знании математики. Что касается этой математики, то я понимал все, что мне говорили, но я задавался вопросом, как все это связано с моей жизнью. Затем я спросил учителя, если я изучу все эти цифры, пойму все это, то, как это будет связано с моей жизнью? Как это помогает в жизни, как это открывает глаза, как это связано с жизнью? Учитель разлился и сказал: «Если хочешь сдать экзамен, то изучай все это, а если не хочешь сдать, как полагается, тогда можешь не учить». Что это за математика? Настоящая математика не такая. Тогда детям будет интересно. Я вижу, что в наши дни математику преподают уже более искусным образом, и это очень хорошо.

Теперь соедините руки. Итак, пообещайте, что никогда не оставите желания достичь состояния будды. Скажите: «Это моя цель. Когда я достигну этой цели, то исполню не только свое желание, но смогу исполнить желание всех живых существ, и поэтому нет цели более высокой, чем эта». Тогда, если вы все разовьете такое состояние ума, вы станете сыном или дочерью Будды. И вы окажетесь под очень хорошей, большой защитой всех будд и всех божеств. Вам не нужно просить их о защите, они будут вынуждены помогать вам, защищать вас, если у вас есть такая цель. Таким образом, скажите: «Я никогда не откажусь от этой цели». Если это станет вашей главной целью, то, что бы ни случилось в вашей жизни, вы никогда не падете духом. Даже если вы попадете в аварию и сломаете ноги, руки, но ваш дух останется сильным. Потому что для осуществления моей цели – достичь состояния будды ради блага всех живых существ необязательно нужны ноги, необязательно быть красивой, худой. Главное – что есть сильный дух. Поэтому, если при возникновении любой трудности вы говорите: у меня ног нет – жить не хочу; у меня руки нет – жить не хочу; я толстым стал – жить не хочу, все это – потому что ум пустой. Чуть-чуть плохая ситуация – жить не хочу. Это пустой ум, тем более у молодых людей. Вы учились в институте, информации в уме много, голова есть, но философии нет. Чуть-чуть проблема приходит – жить не хочу. Если вы умрете, то будете бомжем: дома нет, тела нет, ничего нет. Это самое худшее. Пока есть дом, человеческое тело, друзья, родственники, без хлеба вы не будете, в России всегда картошка и хлеб будут. Зачем думать «кошмар»? Тем более что у вас есть такая цель: «Я хочу стать буддой ради блага всех живых существ. Все хорошие качества ума я буду развивать». Тогда при любой трагедии в вашей жизни ваш ум будет спокойным. Это я говорю из своего маленького опыта. Не потому что так написано в книгах, я получил свой опыт. Это я вам говорю из своего опыта: никогда ваш дух не упадет. При любой трагедии вы будете смеяться счастливо. Это называется крепкий человек, настоящий человек.

Итак, соедините руки, пообещайте, что всегда будете сохранять очень высокую силу духа. Что бы с вами ни произошло, никогда не теряйте это доброе состояние ума и желание достичь состояния будды на благо всех живых существ. Никогда не отказывайтесь от этого состояния ума, и я могу сказать с полной уверенностью, что жизнь за жизнью вы будете счастливы. Это мои математические подсчеты в отношении вашей жизни. В любой ситуации сохраняйте это доброе состояние ума. Вы всегда будете счастливы. Даже в такой ситуации – у вас дома есть всего один кусок хлеба, нет молока для чая, при таком добром состоянии ума вы кусок хлеба едите, чай пьете без молока – такое счастье! Когда я медитировал в горах, электричества у меня не было, горячей воды не было, ничего не было, даже, чтобы набрать воды, я целый час спускался с горы, потом опять возвращался, но у меня было такое доброе состояние ума, поэтому трагедии не было. Даже на одно мгновение у меня не появлялось такой мысли, что у меня жизнь ужасна, я всегда жил в счастливом, довольном состоянии ума, благодаря наличию такой цели – желанию достичь состояния будды на благо всех живых существ.

Итак, теперь соедините руки. Пообещайте, что изо всех сил будете стараться помогать другим. Теперь, когда я буду произносить слова, повторяйте их за мной. Визуализируйте, как белый свет исходит изо рта Будды над моей головой, из моего рта, проникает в ваш рот и остается в вашем сердце в качестве обета бодхичитты.

Теперь обратимся с просьбой о даровании благословения тела Белой Тары. Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте на алтаре Белую Тару, меня также в облике Белой Тары. Из нашей области лба исходит белый свет и нектар, наполняет ваше тело и очищает большое количество негативной кармы, созданной вашим телом, благословляет ваше тело, закладывает семя тела будды. На пути к достижению состояния будды на благо всех живых существ негативная карма – это одно из главных препятствий. Это не только препятствия, но также и прямая причина всех страданий. Поэтому думайте так: «Чтобы решить мои проблемы, для того чтобы избавиться от препятствий на пути к достижению состояния будды, Тара, пожалуйста, помогите мне очиститься от негативной кармы». Но отпечатки негативной кармы только Тара не может очистить. Если бы Тара со своей стороны могла очистить всех живых существ от отпечатков негативной кармы, то с точки зрения логики к настоящему моменту уже не должно было остаться ни одного живого существа с отпечатками негативной кармы. Потому что она обладает всей необходимой властью и также хочет, чтобы никто из живых существ не страдал, почему же этого до сих пор не произошло? Это буддийская математика, логичная математика. С одной стороны логика, с другой стороны – математика, разницы нет. Раньше я думал, что логика и математика – это разные вещи, но потом я понял, что математика – это тоже как логика, самая точная логика. Поэтому, поскольку вы это изучали, это очень хорошо. Это показывает, что только Тара со своей стороны не может очистить от отпечатков негативной кармы, это очень ясно. Если бы бог был во власти сотворить все сущее, то тогда возник бы логический вопрос, а почему тогда есть так много живых существ, которые страдают? Либо бог не хочет, чтобы живые существа были счастливы, либо он не обладает такой властью, только два эти варианта. Третьего варианта нет, это логика. Это очень логично, очень ясно, то, что бог очень добр, он хочет, чтобы все были счастливы, поэтому это означает, что он не обладает властью творить все вокруг. Это буддийская логика, в которой говорится, что не существует бога-творца, что вы сами можете создать все что угодно. Но одни вы тоже на это не способны. Например, если человек учится в университете, то один студент не может себя сделать ученым, ему также необходим учитель. Но если есть только учитель, а вы со своей стороны не учитесь, то это тоже будет невозможно. Вы говорите: «Учитель – вы мой бог», а сами спите, так ничего не получится. Это называется – бог создал все, молитвы читаете и все – ничего сами не делаете, так вы



ничего не получите. Атеист – это такой подход, когда ученик говорит, что мне учитель не нужен, я всему выучусь сам, это атеистический подход. И так, если у вас нет учителя, если вы сами получаете собственное образование, то у вас десять лет уйдет на открытие какой-нибудь простой теории. Даже если вы очень умный, но у вас десять лет уйдет на открытие одной теории, а как много теорий есть в жизни! Поэтому это тоже глупо. И так, важен срединный путь.

И так, вам нужно понять, что только Тара со своей стороны не может этого сделать, но и без помощи Белой Тары я тоже не смогу очиститься от отпечатков негативной кармы. Если есть взаимодействие с двух сторон, тогда я смогу очень эффективно очищать отпечатки негативной кармы. И первое противоядие – это сожаление. Второе противоядие – это опора на Тару. Третье противоядие – это визуализация света и нектара, который вас очищает. И четвертое – решимость этого не повторять. Если присутствуют все эти четыре противоядия, то нет такой негативной кармы, которую бы вы не смогли очистить. И это профилактический способ решения большого количества ваших будущих проблем. Кроме этого, это также очень хорошая стратегия для достижения состояния будды на благо всех живых существ. Гроссмейстер, когда делает ход, он его делает не только для решения одной проблемы, а также для будущего ответа на возможную атаку, один ход имеет две выгоды. Это называется гроссмейстер. Игрок низшего уровня делает ход только для того чтобы решить одну проблему, дальше он не думает, и это называется шахматист низшего уровня.

И так, соедините руки. Когда я буду произносить мантру, визуализируйте белый свет, который нисходит на вас, очищает вашу негативную карму, устраняет все ваши болезни, и в конце вы также получаете благословение. Также визуализируйте, что это происходит не только с вами, что вокруг все живые существа, и все получают благословение. Тогда это будет более эффективно. И так, сегодня, хотя вы этого не понимаете, но вам нужно знать, что с помощью таких профилактических средств сегодня вы избавились от огромного количества своих будущих проблем. Поэтому вы должны очень радоваться этому. В буддизме говорится, что если вы столкнулись с какой-то проблемой, и тогда стараетесь ее решить, то это уже поздно, тогда решить ее будет очень трудно. Так же и с болезнями, если вы применяете профилактические средства, то предотвратить болезнь намного легче, чем лечить ее, когда вы уже заболели. Сегодня с помощью таких профилактических средств вы очень эффективно решаете свои проблемы. Если у вас в голове есть мозг, то вы будете очень рады.

Теперь попросим о благословении речи. Сейчас, когда я также буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте Белую Тару на алтаре, меня также в облике Белой Тары. Из нашей области горла исходит красный свет и нектар, наполняет ваше тело, очищает большое количество негативной кармы, созданной вашей речью, также благословляет вашу речь и закладывает семя речи будды. Теперь, после получения благословения речи как минимум две недели сохраняйте речь чистой. Никому ничего плохого не говорите. Это не ваше дело. Если вам щекотно оттого, что хочется кому-то говорить плохо, то говорите плохо о себе. И так, не произносите никаких плохих слов о ком-либо, поскольку это становится вашей дурной привычкой. И также это ненужное накопление негативной кармы. Также в результате вы услышите много дурных слов от других людей и станете еще более несчастными, но это будет эхо ваших собственных слов.

Много лет назад в Калмыкии ко мне подошла одна бабушка и попросила: «Геше Ла, прочитайте, пожалуйста, такую молитву, чтобы закрыть рот многим плохим людям, которые говорят обо мне много всего дурного». Я сказал ей, что нет такой молитвы. Она спросила: «А как же мне быть?» Я сказал ей: «Я дам вам один совет. Через мою молитву ничего меняться не будет. Я дам вам один совет. Если вы будете делать то, что я вам скажу, это вам

поможет». Будда сам говорил, что через молитву многое меняться не будет. Это чуть-чуть помогает. Если я хочу изменений, то нужно менять свой внутренний образ мысли. Это учение Будды. Поэтому не думайте, что если вы будете молитву читать, то все злые люди закроют рот, и вы будете счастливы. Такого в буддизме не бывает. Все ваши проблемы вы создали сами. То, что вам плохо говорят, это вы создали, и вы можете это решить. Молитвами к богу этого решить невозможно, это может чуть-чуть помочь тому, что вы услышите хорошие слова. Вам нужно самим меняться. Я ей сказал: «Пообещайте, что вы ни о ком не будете говорить ничего плохого. Даже если они будут говорить что-то дурное, ничего не отвечайте, просто молчите. Затем, когда я снова приеду, мы посмотрим, помогло это или нет». Затем, спустя несколько месяцев, когда я снова вернулся в Калмыкию, она сказала: «Геше Ла, теперь все очень хорошо, никто не говорит обо мне плохого». Я ей сказал на это: «Никто снаружи не произносил таких плохих слов, это было эхо ваших собственных слов». Вы сказали обидные слова, и они потом вернулись к вам обратно. Если бы вы не говорили, ничего бы не было. Даже если плохие люди что-то говорят вам, пусть говорят – ничего, не отвечайте. Потом они устанут. А если нормальные люди вам говорят что-то неприятное, то это ответ на ваши злые слова. Совсем ненормальные люди, даже если вы им ничего плохого не говорили, они будут вам говорить плохое, это совсем ненормальные. А если люди нормальные, то они отвечают на ваши слова. Но все равно лучший ответ – это молчать, не отвечать.

Однажды один человек начал ругать Будду: «У вас нет квалификации передавать учение, вы плохой человек, нет никого хуже, чем вы». Будда улыбался. Этот человек спросил у Будды: «Как вы можете улыбаться в ответ на то, что я вам говорю так много всего плохого?» Что ответил Будда? «Если вы даете мне подарок, а я его не принимаю, то с кем он останется?» Тот ответил: «Подарок останется со мной». Будда сказал: «Вот точно так же, если ты говоришь обо мне что-то дурное, и я не принимаю этого, то, с кем все это останется?» Он сказал: «Это останется со мной». Будда спросил: «А зачем же тогда мне расстраиваться?» Это настоящая высшая математика. Будда – это настоящий мастер математики. Я раньше думал, что математика – это цифры, сейчас я так не думаю. Я вижу математику в словах. Логика – это высшая математика.

Теперь соедините руки. Визуализируйте красный свет и нектар, который заполняет вас, очищает негативную карму вашей речи. Породите решимость: «Теперь я ни о ком не буду говорить ничего плохого под влиянием негативных состояний ума. Но иногда под влиянием позитивных состояний ума, в соответствии с ситуацией, я буду ругать других». Иногда нужно ругать с добрым состоянием ума, когда человек неправильно себя ведет. Если вы говорите: «О, я обещал никому не говорить ничего плохого», а они ведут себя плохо, то это тоже глупо. Вам не разрешается говорить под влиянием гнева, под влиянием негативных состояний ума. Под влиянием доброго состояния ума, с заботой о других иногда ругать нужно. Мудрая мама, когда дети поступают неправильно, ругает их, даже чуть-чуть бьет.

Соедините руки и выполняйте эту визуализацию. Теперь просьба о благословении ума. Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте Белую Тару на алтаре, меня в облике Белой Тары. Из нашей области сердца исходит синий свет и нектар и наполняет ваше тело. Он очищает большое количество негативной кармы, созданной вашим умом, а также благословляет ваш ум и закладывает семя ума будды. Далее, поскольку Тара – это божество активности, в конце загадайте одно свое мирское желание. Поскольку у нас есть не только ум, но и наше тело, для того чтобы это тело выжило, нам необходимы и материальные вещи. Загадайте мирское желание не просто ради собственного счастья, а ради того, чтобы поддержать свое тело, а также для того, чтобы суметь помогать своим друзьям, близким людям, загадайте что-то мирское. Живых существ бесчисленное множество, начните помощь с вашего близкого круга людей. Начните

помогать другим с самых близких членов вашей семьи, затем перейдите на других родственников, и так постепенно расширяйте этот круг, это будет практичный способ помощи всем живым существам. Иногда мы думаем, что те люди, которые нас окружают, это объекты для спора, а живые существа, которые должны быть счастливы, находятся где-то там далеко. Живые существа из какой-то другой вселенной, пусть они будут счастливы, где-то там далеко, а с людьми в этой вселенной мне нужно ругаться. Таким образом, свою любовь и сострадание распространяйте, начиная с людей, которые живут в одном месте с вами, в том месте, где вы находитесь.

Итак, теперь выполняйте эту визуализацию. Вначале очистите негативную карму своего ума, а затем в конце загадайте одно мирское желание. Вы можете загадать или физическое здоровье, или что-то связанное с богатством, это на ваше усмотрение, но выберите какое-то одно желание. Примите решение. У вас очень много желаний, вы соответственно много хотите загадать, но, тем не менее, выберите какое-то одно из них. Если это небольшое желание, то оно исполнится намного быстрее, а если большое, то на это потребуется больше времени. Например, из семечка маленького растения это растение вырастает намного быстрее, чем из семечка дерева вырастает дерево. Теперь выполняйте эту визуализацию.

Теперь просьба о благословении тела, речи и ума вместе. Сейчас, когда я буду звонить в колокольчик и произносить мантру, визуализируйте Белую Тару на алтаре и меня в облике Белой Тары. Из наших трех областей: из области лба, горла и сердца одновременно исходят белые, красные и синие лучи света с нектаром, наполняют ваше тело и очищают негативную карму, созданную вашим телом, речью и умом, а также укрепляют благословение тела, речи и ума. Итак, поскольку это последнее благословение, визуализируйте его как следует. Вам нужно набрать его как духовного бензина, постараться набрать его как можно больше, чтобы вам хватило его на шесть месяцев. Потому что как только такой духовный бензин у вас закончится, вы станете более вредными. Теперь выполняйте визуализацию.

Итак, как обычно, куда бы я ни отправился, везде я передаю обет не употреблять алкоголь. Для тех из вас, кто раньше уже принимал этот обет и почти его нарушил, сегодня примите его снова так, чтобы уже не нарушать его. А если кто-то из вас раньше такой обет не принимал, то сегодня для вас золотой шанс принять такой обет. Алкоголь – это одна из главных проблем в России. Он не только вреден для вашего здоровья, вы знаете об этом. Мне не нужно объяснять, насколько алкоголь вредит вашему телу, но также он делает вас более глупыми. А когда вы становитесь глупее, вы усугубляете свои проблемы. Будда говорил, что все наши проблемы возникают из-за глупости, из-за неведения. Вы и так глупые, а когда выпьете водки, становитесь еще глупее. Вам нужно сказать своему мужу: «Ты и так достаточно глупый человек, зачем тебе пить и становиться еще глупее?» Итак, не только ради собственного здорового ума, но и также ради вашего будущего молодого поколения, пожалуйста, примите такой обет не употреблять алкоголь. Поскольку люди все еще наполовину обезьяны. Мы произошли от обезьян и поэтому на пятьдесят процентов являемся обезьянами. Когда старшие обезьяны прыгают, то и молодые вслед за ними начинают прыгать. Таким же образом, если старшие пьют, курят, то и молодые будут следовать этому примеру. Если старшие в семье ругаются, то и молодые думают, что так надо и тоже начинают ругаться. Это ваш пример. Самый лучший совет – это ваш пример. Сто слов могут быть неэффективны, а один ваш хороший пример эффективен для ваших детей. Поэтому вы много слов не говорите, совершайте хорошие поступки: не пейте, не курите, муж с женой не ругайтесь. Это косвенно самый хороший, эффективный совет для ваших детей. Поэтому ради блага своих детей не пейте, не курите, а также не ругайтесь. Если очень сильно хотите поругаться, то не делайте это перед своими детьми, а куда-то уходите, там поругайтесь, и затем возвращайтесь уже с улыбкой. Но перед своими детьми никогда не ругайтесь, об этом я прошу вас. Если кто-то один начинает злиться, то другие не

должны отвечать на это. Самая большая ошибка для мужа или жены – это если оба начинают злиться. Тогда оба становятся ненормальными. Тогда все стаканы будут разбиты.

Итак, теперь соедините руки. Ради здоровья своего тела, ради здоровья своего ума, а также ради блага будущего поколения, ради блага своих детей и ради хорошего влияния на общество. Есть очень много таких хороших причин, поэтому, сегодня я принимаю обет не употреблять алкоголь. Если бы причина была только одна – ради своего здоровья, то это не была бы такая сильная причина. Потому что вы можете видеть примеры таких людей, которые всю жизнь пили алкоголь, сейчас им восемьдесят лет, они так и продолжают пить, и вы думаете: «Зачем же мне бросать пить?» Это правда, человек, которому восемьдесят лет, всю жизнь пил алкоголь, а другие, которые не пили, умерли молодыми. И вы думаете: «Ага!» Но это тоже не обязательно, это исключения. Это как исключения, этим людям очень повезло, большинство из тех, кто пьет, умирает очень рано, но бывают один-два исключения. Это просто удача. Поэтому если ваша причина принять обет не употреблять алкоголь – это только здоровое тело, то здесь будет такой сильный контраргумент. А если есть пять хороших причин, тогда эта позиция очень сильна и не будет никаких контраргументов. Тогда вы скажете: да, правильно, я никогда пить не буду.

Теперь соедините руки. Если вы принимаете обет перед божеством, то это еще сильнее. Тогда уже ничто не поколеблет ваш ум. Вы будете очень мирно пребывать, не употребляя алкоголь и будете получать удовольствие от этого, будете счастливы. На алтаре визуализируйте Белую Тару, также меня визуализируйте в облике Белой Тары, а над моей головой Его Святейшество Далай-ламу в облике Будды Шакьямуни. Когда я буду произносить слова на тибетском языке, они означают: «Будды и бодхисатвы трех времен, пожалуйста, послушайте меня! Я по имени такой-то и такой-то принимаю обет не употреблять алкоголь и наркотики». Если вы еще добавите: не курить, это будет для меня лучшим подарком. Для меня это самый лучший подарок, если вы говорите, что курить тоже не будете. О, как хорошо! Это самый лучший подарок для меня. Это лучше, чем материальные подношения. Божествам не нужны материальные подношения. Если вы обещаете, что не будете совершать таких-то плохих поступков, это самый лучший подарок божествам, а также и вашим родителям. Если вы скажете своим папе и маме, что обещали не курить, не пить, родители скажут, что все, им больше ничего не надо. Почему? Потому что они вас любят. Те, кто вас любит, если вы им пообещаете, что не будете совершать таких-то плохих поступков, будут очень рады. Если вы скажете своему соседу, который вас не любит, что обещаете не пить, не курить, то он скажет: «Какая мне разница?» Это не будет для него подарком.

Божества любят вас больше, чем себя, поэтому для них это самый лучший подарок. У них есть все необходимое, и им не нужно ничего с вашей стороны. Ваш лучший подарок для них, лучшее подношение – это ваше позитивное состояние ума, а также обещание, что таких-то и таких-то негативных действий вы не будете совершать. Теперь повторяйте за мной. Когда вы повторите слова, на третий раз, когда я щелкну пальцами, в этот момент визуализируйте, как белый свет исходит изо рта Белой Тары, изо рта Будды над моей головой, из моего рта, и проникает через ваш рот, остается в вашем сердце в качестве обета не употреблять алкоголь. А для тех, кто также принимает также обет не курить, то и в качестве обета не курить.

А сейчас, когда я поставлю тарма на голову Андрея, визуализируйте, как Белая Тара размером с большой палец вашей руки через макушку по центральному каналу опускается в вашу сердечную чакру, и с этого момента ваше тело становится храмом, в котором пребывает живая статуя.

Итак, благословение окончено. Мой последний совет для вас – будьте добрыми, будьте счастливы и делайте счастливыми других. А если вы немного ленитесь, это не страшно. Самое главное – доброта, это очень важно. Теперь, до нашей новой встречи в следующий раз, здесь у нас есть центр, и вы можете использовать этот центр.

Посвящение заслуг.