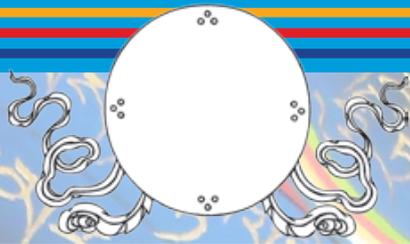


# ЗЕРКАЛО

№128  
Июль 2015





## Расписание Чогьяла Намкая Норбу

Фото: П. Фассоли

### 2015 год

США

1–5 июля 2015 года

Ретрит в Восточном Цегьялгаре

Колорадо

9 июля 2015 года

Публичная лекция «Понимание трех колесниц: Сутры, Тантры и Дзогчена»

Университет Наропы

10–12 июля 2015 года

Ретрит в Колорадо

Центр «Тара Мандала»

17–19 июля 2015 года

Ретрит по Дзогчену

Россия

Северный Кунсангар

24–28 июля 2015 года

Ретриты в Северном и Южном Кунсангаре будут объединены в один, который пройдет в Северном Кунсангаре

Польша

31 июля–2 августа 2015 года

Ретрит в Польше

Румыния

5–9 августа 2015 года

Ретрит в Восточном Меригаре

Италия

13–17 августа 2015 года

Ретрит в Западном Меригаре

Индия

28–30 августа 2015 года

*Ретрит отменен*

Бутан

4–6 сентября 2015 года

Ретрит в Бутане

Сингапур

11–13 сентября 2015 года

Ретрит в Сингапуре

Малайзия

18–20 сентября 2015 года

Ретрит в Малайзии

Китай, Самтенгар

23–24 сентября 2015 года *новые даты!*

Экзамен по Основе СМС

25–30 сентября 2015 года *новые даты!*

Тренинг по 1-му уровню СМС

2–7 октября 2015 года

изменились даты!

Учение Лонгсал Ати'и Гонгпа Нентрод

Пекин

10–12 октября 2015 года *новые даты!!*

Публичная лекция и выставка буддийского искусства

Киото, Япония

15–18 октября 2015 года

Наставления по бардо, запечатанные слогом HUM

Тайвань

23–27 октября 2015 года

Трекчо Ригдзина Чангчуба Дордже

Австралия

Северный Намгьялгар

3–8 ноября 2015 года

«Наследие и эволюция»

Всемирная передача гуру-йоги

6 ноября 2015 года

Годовщина Адзома Другпы

13–15 ноября 2015 года

*Ретрит в Южном Намгьялгаре отменен*

Аргентина

20–24 ноября 2015 года

Ретрит в Южном Ташигаре

11 декабря 2015 года

Отъезд Ринпоче на Тенерифе, Испания

Дзамлинг Гар

28 декабря 2015 г. – 1 января 2016 года

Ретрит по практике Осер Ченмы

9–22 февраля 2016 года

Друбчен Мандаравы

21–22 февраля 2016 года

Годовщина Гараба Дордже

1–10 марта 2016 года

Тренинг по навыкам коммуникации с Джанфранко Бреро

18–25 марта 2016 года

Супервижен + экзамены по радостным танцам Кайта

30 марта – 3 апреля 2016 года

Фестиваль Кайта и вручение дипломов новым инструкторам

**Обложка:** Часть мандалы-тагдролы из Ламы Гонгду, цикла учений, обнаруженных великим тертоном Сангье Лингпой. Мандала является частью внутренних декораций первого колумбария Международной Дзогчен-общины в Западном Меригаре. Фото: Роман Пиро.

**Задник:** Мандалы-тагдролы были раскрашены «традиционными» цветами, натуральными, по большей части, пигментами, смешанными с раздробленными полудрагоценными камнями и восемью драгоценными пилюлями для увеличения потенциальности. Фото: Лиз Грэнжер.

## Содержание

Расписание .....	2
От редактора .....	3
Дзогчен – наша истинная природа .....	4
Международный ганчи .....	8
Драталгьюр .....	9
«Свет кайлаша», том 3 .....	10
ASIA .....	12
Монах, переживший землетрясение в Непале .....	13
9-ый Кхамтрул Ринпоче и Цокньи Ринпоче в Меригаре .....	14
Меламчи-гьянг – сокровище скрытой земли .....	18
Мандалы-тагдролы для колумбария в Западном Меригаре .....	21
Чувствуя себя одной семьей .....	23
Эволюция – истинный смысл учения Дзогчен .....	24
Меригар – пример для развития всех гаров ...	26
Развитие Дзамлинг Гара ...	28
В фокусе – Цегьялгар .....	31
Как я встретил Чогьяла Намкая Норбу и Художник Общины .....	48

## От редактора

Этот PDF-выпуск «Зеркала» выходит в поворотный момент года: в середине зимы на юге и в середине лета на севере. Это значит, что мы находимся по середине года, во время которого, как мы надеемся, все члены Международной Дзогчен-общины, а также гаров и лингов, находящихся в процессе выравнивания, зарегистрируют свое членство на сайте [dzogchen.net](http://dzogchen.net). Этот процесс идет своим чередом и, без сомнения, будет завершен!

Также мы надеемся, что большинство гаров и лингов приведут свои уставы в соответствие с уставом Международной Дзогчен-общины. На данный момент достижение этой цели еще кажется далеким, но остается еще 6 месяцев, в течение которых может произойти значительный прогресс, если наше желание будет достаточно сильным.

Это две главные задачи. Сайт [dzogchen.net](http://dzogchen.net) был разработан, чтобы вся наша деятельность была сосредоточена в одном месте в Интернете. В настоящее время «Зеркало», расписание Ринпоче и сайт веб-трансляций полностью встроены в новый сайт. Также туда будет включен новый сайт по Янтра-йоге и, в ближайшее время, сайт по Танцу Ваджры, которые будут обслуживаться при помощи встроенной системы управления мероприятиями, которая интегрирована с системой управления членством.

На физическом уровне эти вещи очень важны, но это не самое главное!

Например, что касается членства, нам еще предстоит большая организационная работа: определить, как устанавливать размеры взносов и виды членства, как хранить данные, и т.д. Но самое главное в членстве не это: главное – быть учеником Чогьяла Намкая Норбу, объединять свою жизнь и энергию с состоянием гуру-йоги, с целью обнаружить свою истинную природу и состояние.

Организация, бухгалтерия, учет, нормативные документы и процессы – все это может показаться источником сдерживания и ограничений. Тем не менее, они представляют собой средства достижения свободы, не только потому что отлаженная система требует намного меньше затрат времени и энергии для поддержания, но и поскольку создает возможность работать расслабленно и осознанно.

Это очень простой выбор: выполнять все постепенно, расслабляться и делать все, что необходимо, для приведения в соответствие каждого гара и линга, не увлекаясь интеллектуальными идеями о том, как лучше выразить то или это, что чья-то идея может оказаться лучше, чем следование общепринятой схеме, и что некая идея или концепция приобретает особенную важность, когда мы знаем, что она не так уж важна и это все временно! То, о чем Ринпоче просит нас, очень просто: сделать то, что необходимо для соответствия каждой юрисдикции, чтобы различные культурные реалии нашего земного шара объединились в мандале Дзогчен-общины.

*Джулиан Кинг-Солтер,*

*Консультант «Зеркала» от Международного ганчи*

[www.ru.melong.com](http://www.ru.melong.com)

©

### Над русскоязычным выпуском работали:

#### редакторы

Анастасия Еременко  
Екатерина Пономаренко

#### корректор

Татьяна Чиаева

#### верстка

Ольга Бондарева

#### переводчики

Татьяна Чиаева  
Лариса Сорокина  
Оксана Снитко  
Наталья Бойко  
Елена Глинская

Светлана Калашникова  
Анна Олефир  
Елена Врублевская  
Ольга Лисицына  
Анна Попова



Фото: Даниял Ибрагимов

## Дзогчен – это наша истинная природа

Учение сущностной Упадешы «Кхорва Йедал» из цикла Лонгсал Чогьяла Намкай Норбу  
4 июля 2014 года, Нью-Йорк, США

**Д**обрый день всем и повсюду! Сейчас мы находимся в Нью-Йорке, где проходит наша встреча. Итак, мы начинаем. Я бы хотел немного объяснить, как нам нужно следовать учению. Всех, кто интересуется учением, я прошу немного понаблюдать за собой. Задайте себе вопрос, почему вы интересуетесь и следуете учению. Это важно. Если мы следуем учению только потому, что это модно, тогда лучше наслаждаться чем-то другим. В таком подходе нет никакой пользы. Когда мы следуем учению, на то есть определенная причина, и мы должны ее обнаружить. В этом случае вы сможете найти что-то полезное, следуя любому учению. Иначе это просто пустая трата времени. Время очень драгоценно и не только для зарабатывания денег. Время очень важно, поскольку наша жизнь очень коротка. День за днем, месяц за месяцем мы приближаемся к концу нашей жизни. Это всем известно, а значит, мы не должны терять драгоценное время. Поэтому немного понаблюдайте за собой, чтобы понять, почему вы интересуетесь учением.

Когда вы начинаете изучать буддистскую традицию, например, учение Сутры, то там говорится, что Будда, прежде всего, учил Четырем благородным истинам. Первая из них – это благородная истина о страдании. Это причина, по которой мы всегда интересуемся учением. У всех есть проблемы. Иногда у нас все хорошо, нет проблем, и мы наслаждаемся жизнью. Но как долго продлится такое состояние? Поскольку мы живем во времени, а время связано с обстоятельствами, сегодняшний день отличается от завтрашнего, а завтрашний от послезавтрашнего. Всегда что-то меняется: все непостоянно. Даже если сейчас мы счастливы, в следующий момент счастье может смениться проблемами и страданием. Если мы понаблюдаем за собой, легко понять, что это так.

Если мы следуем учению, то, обнаружив это, мы, наверно, сможем немного углубиться в сущность учения. Нам необходимо понять, какова наша ситуация, наши условия. Каждый день у нас столько дел. Мы все так заняты, особенно в современном обществе. Даже если мы что-то изучили, научились делать визуализацию или начитывать мантры, это все кажется интересным, но большую часть времени остается концепцией ума и не слишком помогает нам в жизни. Даже если вы нашли что-то очень интересное для себя, это учение, этот метод практики и т.д., что вы делаете? Может быть, вы записали на листочке несколько слов из того, что сказал учитель. Зачем? Потому что у вас есть идея, что в один прекрасный день вы сделаете эту практику. Но когда наступит этот день? Для большинства людей этот день так и остается концепцией ума. Я не говорю, что все люди такие, но большинство из них таковы. В таком случае это не очень помогает.

Получая любое учение, мы пытаемся понять, для чего оно предназначено, как оно работает, как соотносится с нашим состоянием. Если вы немного понаблюдаете за всем этим, то учение принесет вам какую-то пользу и вы сможете использовать и объединить его со своей повседневной жизнью. Конечно, если у вас есть время и возможности, вы можете получать удовольствие, изучая и выполняя любые сложные учения и практики, но основную часть времени они остаются ментальной концепцией, что нехорошо. Поэтому, прежде всего, мы должны понаблюдать за собой.

Итак, когда Будда учил Четырем благородным истинам, первой истиной стала благородная истина о страдании. Будда передал благородную истину о страдании, поскольку страдание присуще всем живым существам. Не существует живых существ, которые бы не страдали. Возможно, они страдают по-разному, но это всегда страдание. Когда Будда объяснял, что такое страдание, никто с ним не спорил. Никто не говорил, что не согласен с этим. Если бы Будда учил чему-то сложному, например, природе ума, конечно, люди спорили бы с ним, вместо того чтобы следовать его учению. В таком случае общаться было бы трудно.

Когда же Будда сказал: «В мире столько страдания, вы согласны?», – все с ним согласились. Будда спросил: «Вам нравится страдать?» – все ответили: «Нет». Тогда Будда спросил: «Что вы делаете, когда страдаете?» Большинство ответили: «Мы ругаемся, боремся с проблемой или страданием и хо-



тим победить». Тогда Будда объяснил им вторую благородную истину.

Это очень просто. Надо понимать суть учения, а не следовать только словам, иначе мы потеряем смысл учения. Поэтому Будда сказал: «Если вы боретесь с проблемой, вы все равно не сможете победить, потому что страдание является следствием чего-то. Вы уже имеете дело со следствием, следовательно, бороться с ним бесполезно». Будда сказал: «Вместо того, чтобы бороться, вы должны узнать, что является причиной, и в следующий раз, используя свои знания, вы ее не породите». Если вы не производите причину, то не будет и следствия: вы больше не столкнетесь с такой проблемой.

Так Будда объяснил, как возникает эта знаменитая карма. В истинном смысле «карма» в переводе с санскрита означает «действие». Мы производим хорошие или плохие действия и получаем плод. Это называется кармой. Большинство людей, особенно на Западе, говорят о карме так, словно это относится к восточной философии. Действительно, слово «карма» происходит из восточного языка, санскрита, но его значение не имеет отношения к восточной философии. Карма присуща всем живым существам: у нас у всех есть карма. Даже в кино, когда люди совершают что-то плохое и получают плохой результат, это тоже карма.

Некоторые думают, что карма – это реинкарнация: что-то, что связано со смертью и перерождением. Это относится к карме, но карма означает не только это. Когда мы знаем, что есть причина и следствие, что же нам делать? Конечно, затем следует третья благородная истина о прекращении. Прекращение означает, что мы останавливаем что-либо, поскольку знаем, что это является причиной отрицательного результата. Если мы применим ее, то снова получим плохой плод. Вы должны понять это, изучая Четыре благородные истины. Это простой сущностный подход. Конечно, если вы следуете философским путем, где много красивых и сложных слов, тогда все становится сложным. Вы ничего не поймете. Вы должны добраться до сути, иначе пользы не будет.

За третьей благородной истиной, которую объяснил Будда, последовала четвертая благородная истина о пути. Существуют разные ситуации и разные живые существа, которые имеют большие или меньшие способности и различные условия. Учение должно соотноситься с тем, какова их истинная природа и состояние. Не существует единого универсального учения. Мы должны понимать, что, например, болея, мы страдаем. Если мы замечаем, что мы больны, но не знаем, как вылечить болезнь, то мы идем к опытному доктору. Чтобы исследовать наше состояние, доктор спрашивает: «Что вы делали вчера, что ели, как себя вели?» Потом доктор смотрит, в каком физическом и энергетическом состоянии мы находимся, определяет болезнь, а затем назначает определенные лекарства, диету и поведение. Мы прекрасно знаем, что универсального лекарства не существует: для каждой болезни имеется бесчисленное множество лекарств. Также и с учением: есть различные пути, и вы очень хорошо знаете, что в буддистской традиции есть различные учения и методы Сутры, Тантры и Дзогчена. Почему все они существуют?

Потому что состояние каждого различно. Внутри Сутры и Тантры существует множество различных методов, соответствующих состоянию каждого живого существа.

Если есть бесчисленное множество учений, почему мы говорим только о Сутре, Тантре и Дзогчене? Это связано с состоянием индивида. Кто следует учению? Мы, люди, а не какие-то другие существа, и у нас свой собственный опыт. Что у нас общего? У всех нас есть тело, речь и ум, три уровня существования. Тело – это физический уровень, на котором все проще понять. Если у нас есть болезнь только на физическом уровне, с ней гораздо легче справиться. Есть болезни на уровне энергии, то есть речи, или голоса, который означает все виды энергии. Это другой уровень нашего существования. Затем идет ум. Как вы знаете, это наиболее сущностный аспект нашего существования.

Но все учения связаны с тремя вратами: телом, речью и умом. Почему энергия называется речью? На то есть конкретная причина. При помощи речи мы общаемся. Мы говорим на каком-то языке и производим звуки. Кто-то слышит их и понимает, что мы сказали. Это относится к состоянию индивида и называется жизненной энергией, или праной. Жизненная энергия связана с сущностью и функцией всех элементов. Например, что мы делаем, практикуя Янтра-йогу или любой другой вид йоги? Мы работаем с физическим телом, с дыханием, и все это объединяется с уровнем энергии. Когда мы объединяем дыхание с энергией, у нас появляется возможность контролировать ум. Состояние ума зависит от циркуляции энергии, а энергия зависит от физического тела. Вот почему, когда мы делаем определенные практики, мы подчеркиваем важность положения тела. Когда мы сидим в определенной позиции, мы контролируем циркуляцию праны, жизненной энергии, а с помощью этого координируется энергия наших пяти элементов. Когда нет проблем с уровнем энергии, тогда легко контролировать ум. По этой причине мы занимаемся различными видами йоги.

В истинном смысле голос связан с дыханием. При разговоре мы используем дыхание, иначе бы мы не смогли говорить. Разговаривая, мы производим звуки. По этой причине в переводе мы используем слова «голос», или «речь». В учении Дзогчен этому есть объяснение. Например, объясняется, что нашей природой является пустота, или, на санскрите, шуньята. Но пустота содержит бесконечную потенциальность, иначе она не имела бы никакой ценности. Это также объясняется в учении Сутры: шуньята, или пустота, без сострадания не имеет никакой ценности. Сострадание означает движение, связанное с нашим умом. Поэтому есть причина, по которой говорится о голосе, или речи: он возникает из пустоты. Все проявления возникают из звука. В учении Дзогчен мы называем это звуком, светом и лучами.

Такое объяснение есть только в учении Дзогчен. Оно обозначает изначальную потенциальность индивида, которая присуща каждому. Чтобы понять, обнаружить и пребывать в этом состоянии, нужны учение и учитель. Учитель дает передачу, то есть помогает нам понять, как войти в это состо-

*>> продолжение на следующей странице*



>> продолжение Учения

яние. Это и есть учение. Учение – это не ритуальная церемония, хотя у многих есть такое представление.

Помните, Будда говорит в учении Сутры: «Я даю вам путь к реализации, но реализация зависит от вас». Будда никогда не говорил: «Ваша реализация зависит от меня». Будда дал учение, то есть дал передачу, чтобы люди смогли понять. Понимая, мы стараемся наилучшим образом применить это понимание. Если мы не заинтересованы и не стараемся применить его на практике, то даже если перед нами появится сам Будда Шакьямуни, он не сможет нам помочь. Если бы мы заболели и пришли на осмотр к опытному доктору, который бы обследовал нас, выписал нам лекарства, дал советы о том, как питаться, как себя вести и т.д., а мы бы ничего из этого не применяли, то доктор ничем не смог бы нам помочь. Будда тоже не смог бы нам помочь. Поэтому очень важно, чтобы мы попытались понять учение. Учитель старается объяснить: он заинтересован в том, чтобы помочь людям понять. Будда делал то же самое. Мы следуем ему, делаем лучшее, что можем, чтобы понять как можно яснее.

В буддизме учение о Четырех благородных истинах является очень важным, возможно, самым важным. Есть много книг об этом. Некоторые люди понимают суть переданного, но не все. В колледже в Тибете мы изучали Праджня Парамиту Аламкару. Это что-то вроде сущностного объяснения Сутры Парамиты. Когда я впервые изучал эту сутру вместе с моим учителем, она не показалась мне сложной. Я понял почти все из того, что объяснил учитель. Когда я начал изучать эту сутру во второй раз, используя комментарий, она показалась мне более трудной для понимания. Я не мог понять выводы из объяснений. Когда я стал изучать ее в третий раз, она показалась мне еще более сложной. Я пользовался другими комментариями и т.д. Я был очень удивлен. В этой сутре объясняется состояние будды, полностью просветленного существа, качества и способности, которыми он обладает, количество и качество мудрости и т.д. Также там объясняются уровни пути бодхисаттв, их состояния и т.д.

Если кто-то практикует Хинаяну, Сутру, низшую колесницу, то там говорится об архатах, их качествах, реализации и т.д. Там представлены три аргумента: не только история, а что-то конкретное, но я ничего не понял. Однажды я пришел к своему учителю и спросил его, что мне делать. Когда я изучал это учение первый раз, оно не показалось мне трудным, второй раз оно было уже труднее для понимания, а на третий раз я не смог понять его истинный смысл. Тогда учитель посоветовал: «Ты должен соотнести это со своим состоянием, а не думать только о буддах и бодхисаттвах. Тогда ты сможешь лучше понять». Таков был его совет, и я понял, что мне делать. Я вернулся в свою комнату и снова прочитал урок, который нам задали, попробовав понаблюдать за своим состоянием. Но ничего не получилось, потому что все объяснения относились к буддам и бодхисаттвам, просветленным существам и архатам, и их качествам. Я ничем подобным не обладал.

После учебы в колледже (за пять лет я проучился в трех колледжах) я поехал в Китай. Я провел там почти два года, а

затем вернулся в Тибет, где встретил своего учителя Чангчуба Дордже, мастера Дзогчена. Я встретил его, потому что во время учебы в университете Чэнду, в Китае, я увидел во сне своего учителя и место, где он жил, и получил от него благословение. После этого сна я все время думал, что это очень важный для меня учитель и я должен его разыскать. В моем сне со мной был мой отец. Я написал ему письмо, в котором сообщал, что видел сон, в котором был учитель, выглядевший так-то и так-то, описал местность, которую видел во сне, и попросил моего отца разыскать этого учителя. После этого письма я пробыл в Китае больше года и, вернувшись домой, спросил моего отца, нашел ли он того учителя, на что тот ответил, что не нашел.

Затем две или три недели я прожил в своем родном доме. В один из дней к нам пришел человек поговорить с моим отцом. Он рассказал, что работает в очень знатной семье и что у его хозяев тяжело заболела дочь. Они обращались ко многим китайским и тибетским докторам, но те не смогли ее вылечить. Они слышали об одном хорошем докторе, но он жил слишком далеко, и требовалось полтора дня езды на лошадах, чтобы до него добраться, потому что на машине туда нельзя было проехать. Итак, они поехали к этому доктору и когда прибыли, доктор сказал, что им не нужно возвращаться домой с лекарством и что им надо отдохнуть после путешествия, потому что они слишком устали. Он отвел им место для отдыха и сказал: «Завтра я дам вам кое-что для умерших. Вы отнесете это, а потом вернетесь сюда». Отец больной девушки возразил: «Нет, я должен ехать назад». Чангчуб Дордже сказал: «Твоя дочь уже мертва. Она умерла через три часа после твоего выезда из дома. Ты больше не встретишь ее в живых». Он не дал им никаких лекарств, а вместо этого дал нендрол и тагдрол для умерших. Вернувшись домой, отец девушки узнал, что она умерла. Когда этот человек рассказывал эту историю моему отцу, я сидел и слушал. Потом я спросил его, как выглядит это место. Он очень подробно описал, как оно выглядит, что там много ступ и перед этим местом есть большая скала. Потом я спросил: «Как выглядит этот доктор?», – и он тоже очень подробно его описал. Тогда я сказал моему отцу: «Это учитель, которого я просил найти. Поедем к нему». Мы сразу же начали собираться. Я сказал отцу, что для него это тоже очень важно, потому что в моем сне он был вместе со мной. Я очень хотел встретиться с моим учителем. Когда мы прибыли в то место, где жил Чангчуб Дордже, я мало представлял, как мне вести себя с таким учителем как он. Все важные учителя, с которыми я до этого общался, носили подобающую одежду и выглядели как настоящие учителя. Каждый день они давали много учений, и если мне надо было получить какое-то особое учение, я просил об этом учителя, и он мне его передавал. Чангчуб Дордже официально был доктором. Он давал лекарства и советы, а некоторые люди приходили к нему за гаданием. Он не давал учений.

Затем он спросил меня, чем я занимаюсь и что изучал. Я ответил ему, что учился в колледже, дважды изучал четы-



ре тантры тибетской медицины, получив учение традиционной линии, а затем учение линии Джамгона Конгтрула у очень важного учителя по имени Конгкар Ринпоче. Чангчуб Дордже сказал: «Это очень хорошо: ты будешь мне помогать». Так я вместе с двумя хорошими докторами каждый день занимался только медициной. Это было очень полезно, потому что в колледже я изучал по книгам только теорию, но практикой никогда не занимался. Так прошел целый месяц, а Чангчуб Дордже не передавал мне учение, хотя я приехал к нему именно за этим. Тогда я подумал, что мне нужно попросить у него посвящение, потому что в Ваджраяне посвящение очень важно. В один прекрасный день я подошел к нему и сказал: «Я приехал сюда не только для того, чтобы заниматься медициной, но и за учением. Пожалуйста, дайте мне хотя бы только посвящение, даже если вы не можете передать всех наставлений». Чангчуб Дордже сказал: «Тебе не нужно посвящение». Я был очень удивлен и не понимал, почему он так думает. За свою жизнь я получил много посвящений в традиции Сакья, Ньингма и Кагью. Я встречался со многими учителями, которые давали разные учения. Я подумал, что, возможно, поэтому он считает, что мне не нужно посвящение. Я попросил его объяснить мне, на что он ответил, что уже дал мне посвящение. Я удивился: «Когда это было?» Он ответил: «В ночь вашего приезда я видел сон, в котором ты попросил посвящение и я дал тебе его с помощью кристалла. Я дотронулся им до твоих трех мест, наделив силой мантр три ваджры тела, речи и ума. Так что посвящение ты уже получил».

Но я не был удовлетворен таким объяснением. Я сказал: «Это ваш сон, а не мой, поэтому я хочу, чтобы вы дали мне настоящее посвящение». Я настаивал, и он, наконец, согласился. Он сказал: «Через несколько дней, в шестой месяц по лунному календарю, в очень важный день, день Гуру Падмасамбхавы, я дам тебе посвящение. Так что готовься». Он отослал меня к одному из своих учеников, который записывал все его учения-терма, чтобы тот помог мне подготовиться, но я не знал, какое посвящение он собирался мне дать, ведь он об этом не сказал. Когда я пришел к тому ученику и передал слова учителя, тот ответил, что я должен пойти к учителю еще раз и спросить, к какому посвящению мы должны готовиться. На мой вопрос учитель ответил, что даст мне посвящение Шитро из своего учения-терма. «Шитро» означает гневные и мирные проявления. Например, учение «Тибетской книги мертвых», которое очень распространено на Западе, происходит из Шитро.

Я был очень счастлив, и когда наступил день Гуру Падмасамбхавы, около десяти часов утра учитель начал давать посвящение, а закончил, когда уже почти стемнело. Посвящение было очень простым, и если делать его обычным образом, требовалось не больше двух часов. Но Чангчуб Дордже делал что-то очень сложное. Он ничего не читал, не писал, и все происходило спонтанно, потому что это было учение-терма. В конце концов, получив все посвящения, мы провели краткую ганапуджу с учителем и учениками. Когда ганапуджа закончилась, я подумал, что сейчас смогу пойти до-

мой, потому что посвящение я уже получил. Поэтому я встал и сказал, что иду домой. Чангчуб Дордже воскликнул: «Что ты делаешь?» Я ответил: «Я ухожу, потому что уже стемнело. Я очень счастлив, что вы дали мне посвящение сегодня, но мне надо идти домой». Учитель сказал: «Сядь! Мы ничего не сделали». Я очень удивился. Я подумал: «Как это, ничего не сделали?» Ведь он целый день давал посвящение. Ему было трудно читать, и он иногда просил своего ученика, который записывал его терма, помочь ему прочитать текст. Из-за этого посвящение заняло долгое время.

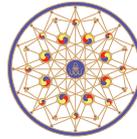
Затем он сказал молодому монаху закрыть за собой дверь и отправиться домой. Остались только мы с отцом. И тут он начал говорить, объясняя принцип Дзогчен, что такое основа, путь и плод, а также тава, гонпа, чопа, воззрение, применение и плод, с точки зрения учения Дзогчен. Он долго говорил на простом, понятном языке. Потом он объяснил, как в учении Дзогчен посредством прямой передачи, что является важным моментом, происходит ознакомление с нашей истинной природой. Он сказал: «Мы знакомим с нашей истинной природой через переживание, а не через объяснение». Затем он провел ознакомление с истинной природой через переживание, и мы сделали это все вместе. Так я получил передачу.

Я много раз получал учение Дзогчен от других учителей, например, от моего дяди Тогдена Ургьена Тензина, который во время культурной революции проявил радужное тело. От него, например, я получил полную серию учений Лонгчен Ньингтиг. Также я получил много учений Дзогчен от других учителей. Там тоже есть прямое введение, которое проводят более ритуальным образом. В уме я думал, что Чангчуб Дордже давал мне учение, и я был очень доволен, но, на самом деле, мы с учителем ничего не применяли. Поэтому учитель провел ознакомление очень точным образом через переживание, и я, наконец, понял, что такое учение Дзогчен и что такое в действительности Дзогчен. До этого у меня не было такого знания. Для меня это стало своего рода ключом.

Много лет спустя по приглашению профессора Туччи я приехал работать в Италию. Он проводил много исследований, для которых мне нужно было изучать много книг в его библиотеке. Однажды, когда я занимался книгами, мне на глаза попался текст Праджня Парамиты Аламкары, который я три раза изучал в колледже. Я решил снова изучить его. Я взял текст на несколько дней домой и прочитал еще раз. Наконец я понял, что имел в виду мой учитель в колледже, когда говорил мне: «Тебе надо работать со своим состоянием». В этот раз текст не показался мне трудным, потому что в учении Дзогчен говорится, что мы должны обнаружить свою истинную природу, свою потенциальность.

Когда мы говорим о дхармакае, самбхогакае и нирманакае, трех измерениях просветленного существа, это относится не только к качествам будды, но и к нашему состоянию, когда мы находимся на пути, практикуем, к нашей основе, истинной природе, нашим трем измерениям. В нашей практике так же присутствуют три измерения. Когда я это осознал,

*>> продолжение на следующей странице*



## Членство и портал МДО Международная Дзогчен-община

За последние шесть месяцев Дзамлинг Гар все больше стал олицетворять то место, где в расслабленной манере собираются ученики Чогьяла Намка Норбу со всего мира, чтобы получить учение, петь, танцевать, купаться и просто побыть вместе. Основополагающим символом этого является Международная Дзогчен-община!

### Регистрация членства

Еще одним немаловажным символом всемирной Дзогчен-общины является единый список членов, который подтверждает членство в линге, гаре и Международной Дзогчен-общине.

Сейчас нами запущена база данных (система управления членством), которая предназначена непосредственно для выполнения этой функции. Для этого всем нам необходимо зарегистрироваться в режиме онлайн и загрузить личную информацию. Индивидуальные данные о членстве уже должны были быть загружены координаторами по членству от каждого гара, поэтому ваша личная история членства будет видна вам сразу после регистрации.

Многие люди уже зарегистрировались и имеют доступ к закрытым трансляциям и повторам по своему логину и паролю на [dzogchen.net](http://dzogchen.net). К концу этого года зарегистрироваться нужно будет всем, поскольку старые логины и пароли к веб-трансляциям перестанут работать с 1 января 2016 года.

Ринпоче просит нас сделать Между-

.....  
>> продолжение Учения

тут же все стало очень понятным. Обладая подобным знанием, мы обращаемся к сути учения.

Я рассказываю об этом, потому что в любом учении, которое мы изучаем, очень важно обращаться к сути. В учении содержится много вещей, относящихся к разным аспектам нашего существования. Следуя за ними, мы можем упустить саму суть учения. Я учу Дзогчену не потому, что я следую традиции старой школы Ньингма. Причина не в этом. Учение Дзогчен не принадлежит ни к одной традиции: оно находится внутри нас. Учение Дзогчен предназначено для обнаружения нашей истинной природы. Дзогчен — это наша истинная природа, которую мы должны обнаружить. Вот в чем заключается учение Дзогчен.

народную Дзогчен-общину чем-то более конкретным. Поэтому, чтобы это осуществить, давайте расслабленно, но как можно скорее все регистрируемся на [dzogchen.net](http://dzogchen.net).

### Портал Дзогчен-общины

Сайт [dzogchen.net](http://dzogchen.net) был запущен недавно и призван стать основным порталом как для членской базы данных, так и для всей информации о деятельности и услугах Международной Дзогчен-общины, ее гаров и лингов и всех связанных с ней организаций: что-то наподобие Facebook для всего, что мы делаем.

Поскольку это общедоступный интерфейс, мы станем более открыты для поисковиков Google, что позволит людям быстрее узнавать об Учении и разнообразной деятельности Дзогчен-общины.

Для членов предусмотрен безопасный [https/](https://) вход для доступа к регистрации членства и услугам. Местные координаторы по членству могут получить доступ к подробной информации только о членах своей Общины, в то время как данные обо всех членах могут быть доступны для уполномоченных операторов и ганчи, для того чтобы проверить членский статус при проведении курсов, ретритов и т.д.

Основные особенности безопасного сайта:

- Регистрация/Вход в систему.
- Вход и обновление личных данных.
- Оплата членских взносов (включая запланированные ежемесячные платежи) и стоимости курсов через



Паурал или с помощью дебетовой/кредитной карты.

- Платежи, сделанные напрямую, могут быть зарегистрированы онлайн координаторами по членству от каждого гара.
- Доступ к простым инструкциям по использованию.
- Функции управления и отчетности для координаторов по членству и ганчи.
- Возможность обновлять информацию об именах и контактах членов ганчи и координаторов по членству.

Предполагается, что весь сайт будет иметь встроенную многоязычную систему управления содержанием.

Координаты гара/линга могут быть внесены в информацию о гарае/линге, и их местоположение будет показано на карте Общины. Страница, содержащая информацию о вашей Общине, может быть использована гарами и лингами при проведении мероприятий, для анонсов и местного информирования.

Дизайн сайта выполнен Паоло Фасоли на основе современных технологий с открытым исходным кодом:

- AngularJS из Google
- C# из Microsoft
- Material design и Bootstrap
- Мобильные приложения (ищите Dzogchen в Google Play).
- Совместная работа над кодом в режиме онлайн

На сайте будет представлена глобальная система регистрации и управления мероприятиями. Мы также рассматриваем возможность внедрения встроенной системы управления блоггом всемирных и местных новостей и онлайн-магазинов.

Сейчас наша основная задача заключается в том, чтобы мы все зарегистрировались в системе управления членством!

**Международный ганчи**



## Драталгьюр – Тантра Всепроникающего Звука

В своей «Сокровищнице наивысшей колесницы» Лонгченпа говорит, что в Саха, нашей миллиардной вселенной, в разные времена и в разных измерениях явились двенадцать изначальных учителей. Эти двенадцать изначальных учителей считаются формами нирманакаи Ваджрадхары, проявившего природу пяти совершенных условий двенадцать раз.

В первый раз учитель Дитя Наивысшего Непостижимого Видения проявился в измерении под названием Радостная Пагода в окружении тысячи святящихся будд и двух бодхисаттв как символ того, что тысячи будд и два бодхисаттвы будут духовно вести существ в этом эоне. Именно этот учитель передал Тантру Всепроникающего Звука, источник всех учений, в то время, когда продолжительность жизни живых существ была неисчислима.

Тантра Всепроникающего Звука считается источником всех 17 Тантр, представляющих учения Упадешы Дзогчена. Считается, что Гараб Дордже, родившийся через 166 лет после смерти Будды, заново передал все тантры Дзогчена, в том числе Тантру Всепроникающего Звука.

Как известно, после Гараба Дордже все тантры Дзогчена были переданы Манжушримитре и через нескольких учителей попали в Тибет.

Хотя существует название Драталгьюр, его не так легко перевести. Дра означает «звук». А талгьюр, вообще говоря, означает «последовательность». В действительности, некоторые ученые, изучавшие эту тантру, буквально перевели ее название как «тантра звуковой последовательности». Также существуют и другие варианты перевода, например, «тантра отражающегося звука». Но в настоящее время мы называем ее Тантрой Всепроникающего Звука. Впо-



Элио Гуариско



Адриано Клементе



Джим Вэлби

следствии, сделав перевод, мы объясним причину, по которой она так названа. Но, в целом, я думаю, это значит, что все духовное учение является проявлением естественного звука реальности. На это указывает само название, поскольку говорится, что Драталгьюр является источником всех учений. Тантра Всепроникающего Звука включает в себя шесть глав и состоит, в общей сложности, из 200 тибетских листов. В первой главе, которая является самой длинной, представлены различные тайные наставления, способствующие освобождению индивида. Во второй главе изложены сущностные моменты этих тайных наставлений. Третья глава объясняет прямое проявление мудрости. В четвертой главе представлена истинная природа реальности. В пятой главе объясняются воззрение и медитация. В шестой главе объясняется конечная цель трех или четырех кай. В Драталгьюр также представлены различные темы: от астрологии до тантрических практик, а также теории и применения Дзогчена.

Тантра Драталгьюр представляет собой довольно сложный текст. Возможно, этот текст был так мало изучен по причине своей трудности. Поэтому, чтобы раскрыть значение коренной тантры, мы будем опираться на комментарий.

К счастью, у нас есть комментарий к значению Тантры Всепроникающего Звука под названием «Озаряющий светильник» (Rin po che snang byed sgron ma), написанный Вималамитрой. Этот комментарий оставался почти неизвестным для широкой публики, пока

недавно не был найден в двух редакциях. Одна из них находилась в частной библиотеке Катока Ситу, племянника Джамьянга Кьенце Вангпо, в монастыре Каток в Дерге, а другая, состоящая из 335 больших листов по девять строк на каждой стороне, находилась в библиотеке Пятого Далай-ламы в монастыре Дрепунг. В этом очень обширном комментарии обстоятельно объясняются шесть глав коренного текста Тантры Всепроникающего Звука, перечисленные выше.

### Проект перевода

В целом, Тантра Всепроникающего Звука редко упоминается в исследованиях Дхармы, что говорит о том, что, возможно, из-за сложности языка и концепций понимание этой тантры невелико. Комментарий Вималамитры к коренной тантре также не являлся предметом особого изучения.

Чогьял Намкай Норбу в одиночку посвятил несколько лет редактированию комментария Вималамитры, сравнивая два издания, упомянутые выше (его работа состоит из 859 компьютерных страниц). На основе своего исследования данного учения он провел несколько ретритов, на которых были переданы некоторые части или конкретные объяснения и практики, например, Корде Рушен, практика со звуком и т.д., которые ясно объясняются в этом комментарии.

Мы бы хотели, чтобы плод многолетней самоотверженной работы Ринпоче не оставался только на том языке, кото-

>> продолжение на следующей странице

## Презентация 3-го тома «Света Кайлаша»

Во время своего пребывания в Лондоне, Великобритания, Чогьял Намкай Норбу представил третью и окончательную часть его нашедшей работы по изучению культурного и духовного наследия Тибета «Свет Кайлаша – История королевства Шанг Шунг и Тибета». Встреча проходила 22 мая 2015 года в Лекционном зале Галереи Брунея Школы восточных и африканских исследований Лондонского университета, где в последние годы восторженной публике были представлены первый и второй том.

Третий том, «История более позднего периода: Тибет», посвящен анализу генеалогии, линии преемственности традиции Бон, королевским династиям от первого монарха Ньятри Ценпо (gNya'-Khri bTsan-ro) до сорок пятого монарха Тридармы Удумцена, или



Фото: Симоне Читерони

Лангдармы (Khri-dar-ma 'U-dum-btsan), языку и цивилизации Тибета.

В конце своего выступления Ринпоче рассказал о своем беспокойстве по поводу сохранения тибетского языка и культуры.

«Читая первый том «Света Кайлаша», вы можете узнать об истории Шанг Шунга. Во втором томе повествуется о положении Шанг Шунга и Тибета во времена существования двух царств. Из третьего тома вы можете понять, как Тибет установил господство над Шанг Шунгом после того как был



Фото: Раф Портак

убит последний король Шанг Шунга. Я провел исследование вплоть до периода правления последнего тибетского царя и не писал об истории Тибета после этого периода, потому что она довольно сложная. Я хотел узнать о происхождении, истории тибетцев и о том, как развивалась тибетская культура. Это очень полезно изучать, и есть много интересного материала, с которым можно ознакомиться.

Занимаясь своим исследованием, я сравнил много текстов, например, Дуньхуанские рукописи, которые очень

>> продолжение Драталгьюр со стр. 11

рый в наше время может понять лишь небольшое количество ученых. Для извлечения этого клада мы запустили проект перевода коренного текста Тантры Всепроникающего Звука и комментария, написанного Вималамитрой.

Проект перевода является частью проекта переводов Ка-Тер Института Шанг Шунг Австрия. Чогьял Намкай Норбу назначил Адриано Клементе координатором перевода. Артур Скура был предложен в качестве координатора проекта, а Оливер Лейк – в качестве ответственного за финансирование.

По предложению Чогьяла Намкай Норбу перевод коренного текста и комментария будет осуществлен в две фазы: сначала будет переведен коренной текст, а затем комментарий.

### Коренной текст

Для того чтобы работа над переводом прошла гладко и быстро, мы решили, что переводом коренного текста должны заниматься только трое людей: Адриано Клементе, Джим Вэлби и Элио Гуариско.

### Комментарий Вималамитры

После того как перевод коренной тантры будет окончен, мы начнем перевод

комментария. По этой причине будет задействована группа, включающая еще несколько квалифицированных переводчиков, таких как Донателла Росси, Джакомелла Орофино, Энрико Дель Анджело, Фабиан Сандерс и Тетсу Нагасава.

Этим квалифицированным переводчикам будут отведены на перевод определенные части комментария в соответствии с их индивидуальными возможностями и располагаемым временем. Лица, ответственные за проверку, редакцию и завершение перевода, – это Адриано Клементе и Элио Гуариско.

Элио Гуариско

### Работа по переводу Тантры уже началась!

До сих пор Джим Вэлби собирал разные версии данного текста, изданные в различных местах в Тибете и Гималаях. Сейчас он заканчивает размещение версий на тибетском и в транскрипции Вайли друг против друга, чтобы сравнить их в процессе перевода.

Сам перевод начнется в ближайшие недели, когда Джим Вэлби предоставит основной проект перевода, сопровождаемый пошаговыми пояснениями из комментария, отредактированно-

го Чогьялом Намкаем Норбу. Каждую часть данного проекта проверит сначала Элио Гуариско, а затем Адриано Клементе.

Работа по переводу коренного текста продлится приблизительно около года.

Обширная работа по переводу комментария, отредактированного Чогьялом Намкаем Норбу, официально начнется сразу после перевода коренной тантры.

**Примите участие в этой новой удивительной инициативе проекта переводов Ка-Тер, став спонсором проекта по переводу Драталгьюр!**

Пожалуйста, присылайте ваши пожертвования банковским переводом по следующим реквизитам:

Название банка: Raiffeisenbank Ilz  
Владелец счета: Shang Shung Institute Austria  
IBAN: AT19 3815 1000 0003 0387  
BIC: RZSTAT2G151

Примечание: Dra Thalgyur tantra Translation

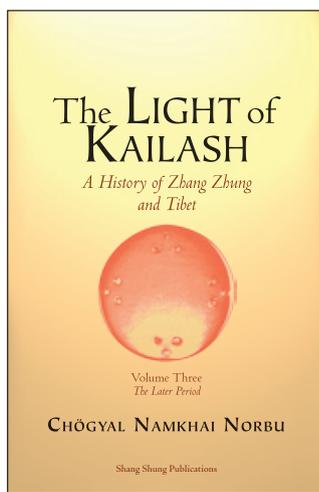
Вы также можете отправить пожертвование с помощью Paypal по адресу: [o.leick@shangshunginstitute.org](mailto:o.leick@shangshunginstitute.org) или используя ссылку: PAYPAL или наш безопасный веб-сайт для пожертвований. ©

важны и признаны китайскими, тибетскими и западными учеными, а также тексты династии Тан. В последнем томе [моей работы] история представлена немного по-другому, нежели принято в буддистской традиции. Мои исследования показали, что история Тибета не соответствует тому, как буддисты представляли ее в прошлом. Например, они утверждают, что Сонгцен Гампо является проявлением Авалокитешвары. В это можно было бы поверить, потому что учения и сочинения Сонгцена Гампо великолепны. Но когда мы говорим об истории, должно быть что-то конкретное, а не просто вера в слова. Говорят, что Сонгцен Гампо испустил два луча, один в направлении Непала, другой – в направлении Китая, и из них возникли две принцессы, одна – эманация Белой Тары, другая – Зеленой Тары. Он женился на них обеих, когда был еще очень молод. Проводя исследования, я обнаружил, что Сонгцену Гампо было за пятьдесят, когда он взял в жены китайскую супругу. Он уже не был молод. Это пример. Есть много вещей, которые надо изучать.

В любом случае, данный перевод моей книги важен, если вы не можете читать по-тибетски. По этой причине это очень важно для сохранения тибетской культуры и истории, в особенности сегодня.

Сейчас я становлюсь старше, и с каждым днем я все больше и больше переживаю за тибетский народ. Сегодня большинство молодых тибетцев очень мало изучают и знают тибетскую культуру, потому что растут в Китае. В частности, в центральном Тибете дети учатся только в начальных школах, после чего их сразу же отправляют в средние школы, которые находятся в Китае. Дети растут в Китае, и большинство молодежи очень хорошо знакомы с китайской культурой, языком и историей. Но они почти ничего не знают о Тибете и тибетской культуре. Когда я был в Китае, я посетил некоторые школы, где как-то пытаются изучать тибетский. Есть учителя, которые говорят, что они дают уроки тибетского два или три раза в неделю, но этого недостаточно для поддержания тибетской культуры.

Несколько лет назад я отправился в Китай, а затем в Тибет. Когда я пришел в школу в Восточном Тибете в конце учебного дня, некоторые школьники



[www.shop.shangshungfoundation.com](http://www.shop.shangshungfoundation.com)

собирались домой. Мы припарковались у дороги. У меня было несколько ручек, которые я хотел подарить школьникам, и когда я раздал ручки, они были очень счастливы. Я спросил их, что они изучают, в каком они классе, и т.д. Я говорил с ними на местном диалекте, потому что я знаю, как говорят в Восточном Тибете, и они могли меня понять. Но они все время отвечали мне на китайском. Вначале я никак не отреагировал, но потом я спросил их, почему они отвечают мне по-китайски, когда я спрашиваю их по-тибетски, ведь тибетский язык – не китайский, а китайский – не тибетский, это два разных языка. Я сказал им, что, когда я спрашиваю по-тибетски, они должны отвечать по-тибетски. Когда я им это объяснил, некоторые из них ответили: «Да, да», – но опять на китайском. Я был очень удивлен. Вот такое поколение там сейчас выросло.

В прошлом году я начал слушать и петь тибетские песни. Однажды я слушал тибетскую песню, в которой говорилось: «Мы выражаем свою печаль, счастье и все остальные эмоции через

мелодию». Я подумал, что это интересно и что мне надо послушать еще несколько песен. Я стал их слушать и обнаружил, что есть много тибетских песен, в которых говорится: «Мы тибетцы, и мы должны говорить на тибетском языке». Сегодня в Тибете официальным языком является китайский. Даже если вы изучаете тибетский, где вы сможете его использовать? Нигде. Так мы теряем тибетский язык. Однажды я слушал одну из этих прекрасных мелодичных песен, которую пела очень милая девушка. В ней были такие слова: «Я очень счастлива быть тибетянкой, но в то же время мне очень грустно, потому что я не знаю, как говорить по-тибетски правильно». Такова сегодняшняя ситуация.

Скоро таких людей старшего поколения, как я, уже не останется. Растет новое поколение, но разве они говорят по-тибетски? Нет. Если вы прочитаете мои книги, то поймете: тибетская культура имеет большое значение не только для тибетцев, но и для всего человечества. Если мы ее утратим, это будет нехорошо. В Европе, например, все знают об истории викингов. Тибетцев может постичь та же судьба, и все книги и тому подобное останутся только в музее. Это очень грустно. Но пока тибетский народ жив, мы должны спасти [тибетскую культуру].

Я не говорю, что китайцы все уничтожают и делают что-то плохое, но таково положение вещей в настоящее время. Вы знаете, как много китайцев на этой земле и сколько осталось тибетцев. Сейчас ситуация такова. Поэтому очень важно, чтобы западные люди это понимали. Если мы можем что-то сделать, мы должны постараться это сделать. Сейчас самое время. Еще не слишком поздно. Я очень надеюсь на это. ©

### Отделения ИШШ

**Институт Шанг Шунг Италия**  
Localit Merigar, 58031 Arcidosso (GR, Italy)  
Phone : +39-0564-966940  
[info@shangshunginstitute.org](mailto:info@shangshunginstitute.org)  
[www.shangshunginstitute.org](http://www.shangshunginstitute.org)  
[www.shangshungstore.org](http://www.shangshungstore.org)

**Институт Шанг Шунг Австрия**  
Gschmaier 139, 8265 Gr. Steinbach, Austria  
Office: 0043 3386 83218 Fax: 0043 3386 83219  
[www.shangshunginstitute.org](http://www.shangshunginstitute.org)  
[www.ssi-austria.at](http://www.ssi-austria.at)

**Институт Шанг Шунг Великобритания**  
The London  
School of Tibetan Studies

The London Centre for the Study of Traditional  
Tibetan Culture and Knowledge  
[www.shangshunguk.org](http://www.shangshunguk.org)

**Институт Шанг Шунг Америка**  
18 Schoolhouse Rd, P.O. Box 278  
Conway, MA 01341, USA  
Phone (main-Anna) 413 369 4928  
Fax/Bookstore 413 369 4473  
[www.shangshung.org](http://www.shangshung.org)

**Институт Шанг Шунг Россия**  
142541, Россия, Павлово-Посадский район,  
Большие Дворы, ул. Маяковского, д. 2В.  
[info@shangshunginstitute.ru](mailto:info@shangshunginstitute.ru)  
[www.shangshunginstitute.ru](http://www.shangshunginstitute.ru)

## Прибытие в Непал

Из дневника Андреа Дель Анджело

Странно, что в Катманду практически нет движения. Все вокруг, кажется, замерло, застыло, и даже не слышно гудков машин. Наш коллега Ратна приехал, чтобы забрать нас. Уставшие с дороги, мы улыбаемся ему. Он улыбается в ответ, но он не устал – он напуган.

Вдоль дороги мы видим разрушенные стены, в парках и на открытой местности расположились временные палатки индийских, китайских, американских и корейских спасательных отрядов. Мы следуем мимо изогнутых, развалившихся, покосившихся, склоненных зданий, но что поражает больше всего, так это тишина. Собаки не лают, машины не проносятся мимо, обезьяны не кричат.



численными детьми и преподавателями, находившимися там. Пятиэтажное здание в Катманду, в Буддхе, – одно из самых высоких!

Цултрим, Бижая (два руководителя школы) и несколько старейшин тибетской общины пришли встретить нас. Мы обнялись, и в их глазах читался страх, тот страх, который остается с тобой надолго, который меняет тебя, затрагивает что-то изнутри. Они все



На следующий день после нашего приезда мы отправляемся в школу Манасаровар, которую ASIA поддерживает уже много лет. Конструкция, кажется, не повреждена: есть небольшие трещины на поверхности, но, к счастью, ничего серьезного. Когда мы впервые услышали новости о землетрясении, мы сразу же запаниковали и захотели узнать, не случилось ли чего с много-

напуганы, и при легких колебаниях земли их глаза широко раскрываются и останавливаются как будто в ожидании самого худшего. Многие семьи школьников потеряли дома, или, что еще страшнее, потеряли близких. Община, в основном, состоящая из тибетских беженцев, снова осталась без крыши над головой. Люди спят на улице на милость погоде, самым везучим

достались палатки, но часто для всех членов семьи места в них недостаточно. Не устроены туалеты, не организованы специальные места для сбора мусора, вода уже не пригодна для питья из-за сильного загрязнения. Хаос.

Несколько дней спустя мы решаем отправиться в Балуву, что в районе Кавре, где в течение нескольких лет ASIA вела проекты по улучшению санитарных условий и водоснабжению: доставка воды, заводы по ее очистке, туалеты, проведение биологического газа и прочее. Хотя ООН считает эту территорию зоной третьей приоритетности, мы решили поехать и посмотреть, как живут наши старые подопечные, те люди, с которыми ASIA проработала шесть лет. Дорога до Дхуликеля совершенно пустая. Некоторые стены обрушены, у некоторых домов появились трещины. Свернув с мощеной дороги, мы замечаем несколько разрушенных домов... сказать по правде, их немного. Пораженные этим «чудом», мы продолжаем

подниматься к акведуку Восточной Балубы. На нем несколько трещин, трубы разъединены, но ничего серьезного и непоправимого. Слава богу!

Представитель комитета по водоснабжению выходит нам на встречу со слезами на глазах и рассказывает, что произошла катастрофа. Что? Мы не понимаем, думая, что, возможно, он преувеличивает. Он ведет нас в пятое отделение комитета по развитию деревни. Мы идем пешком, и с каждым шагом перед нашим взором все больше открывается апокалиптический сценарий. Это образ каждой беды, войны или стихийного бедствия, то, к чему, к сожалению, все мы привыкли. Отдаленная картина становится все ближе и от этого реальней. Дома разбиты, и всюду руины, руины, руины. Голые грязные ребятишки выходят из передвижных палаток. Проблески обыденной жизни возникают среди обломков и разломанных каркасов кирпичных и глиняных домов: мешки с рисом, обувь, горшки, радиоприемники и многое другое.

Мы проходим через этот разрушен-

ный мир, сельский пейзаж после атомной катастрофы. Наш гид указывает на разрушенные дома, рассказывает нам истории, перечисляя погибших и уцелевших. Часто запах разлагающихся животных становится невыносимым, некоторые из нас начинают кашлять, а других тошнит. Содрогание, грусть вперемешку с надеждой. Некоторые семьи уже заняты строительством укрытия на период муссонов. Мы спрашиваем, нуждаются ли они в еде, воде, медикаментах или еще в чем-то. Мы обходим местность, и многие жители, которые присоединились к нашему страшному обходу, рассказывают нам, как обстоят дела, как они живут и как будут жить. Отвечая на вопросы, они говорят, что им нужно то, что поможет им продержаться до сентября, когда закончатся дожди и они смогут двигаться вперед и построить все заново.

Уезжая на машине, мы все смотрим на деревню. Время от времени кто-то говорит что-то незначительное, по крайней мере, незначительное на данный момент. Мы все думаем, что че-

#### Отделения ASIA

##### ASIA Onlus

Via San Martino della Battaglia 31, 00185 Rome, Italy  
Tel +39.06.44340034, Fax +39.06.44702620  
info@asia-ngo.org www.asia-ngo.org

##### Association for International Solidarity

in Asia, Inc. ASIA

Post Office Box 124, Conway, MA 01341-0124 USA  
Phone: 413.369.4153, Fax: 413.369.4473  
andreamnasca@yahoo.com  
www.asia-ngo.org/en/

##### Fordereverein ASIA Deutschland e.V.

c/o Gisela Auspurg  
Königswieser Str. 2, 82131 Gauting  
Tel.: 089 / 127 630 32

рез пару дней мы отправимся в Расуву. Зону с приоритетностью номер один.

**ASIA НАЧАЛА СПАСАТЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ В КАТМАНДУ И В СЕЛЬСКИХ РАЙОНАХ РАСУВА И БАЛУВА К СЕВЕРУ ОТ ГОРОДА.**

**ДЛЯ ПОДДЕРЖКИ НЕПАЛЬСКОГО НАРОДА И ЗА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ИНФОРМАЦИЕЙ ОБРАЩАЙТЕСЬ ПО ССЫЛКЕ:**

[www.asia-ngo.org/emergency](http://www.asia-ngo.org/emergency)

## Монах из Конвея рассказывает о том, как он пережил смертельное землетрясение в Непале

Автор: Ричи Дэвис

пятница, 22 мая 2015 года

(опубликовано в субботу, 23 мая 2015 года)

**К**ОНВЕЙ – Буддийский монах Нуптул Тенпей Ньима, который провел три года в качестве приглашенного специалиста в колледже Хэмпшира и начал изучение тибетской медицины, вернулся в непальский монастырь Сангчен Рабтен Норбулинг, где он является настоятелем.

Он прибыл в монастырь 24 апреля, после того как 5 или 6 дней путешествовал по долине Катманду, за день до землетрясения магнитудой 7,8 баллов, которое унесло жизни тысячи людей.

«Это было по-настоящему страшно», – поведал в Цегьялгаре, центре



Нуптул Тенпей  
Ньима

Дзогчен-общины в Конвее, Нуптул, 30-летний монах в очках, который носит титул «Ринпоче», или «драгоценный» так же скромно, как и розовый свитер поверх багряных одежд.

25 апреля 130 монахов и монахинь из его монастыря, куда он вернулся, чтобы провести дробчен, как раз начали собираться на обед. «Вдруг я услышал звук «ци, ци, ци», – вспоминает Нуптул. «Я понял, что это землетрясение. Я хотел, чтобы все мои друзья сохраняли спокойствие. Землетрясение набирало силу и становилось все более мощным. Я услышал много ужасных звуков, затем здания затряслись. Это было ужасно. Тогда я попросил всех поки-

нуть здания. Некоторые люди начали паниковать».

Выбежав наружу, он увидел, как с крутых гор покатились камни: монастырь расположен на высоте свыше 3658 метров, на горе Манаслу, одном из восьми высочайших пиков мира, расположенной неподалеку от тибетской границы.

«Это очень крутые и скалистые горы, и все обрушилось вниз, – сказал он. – Это было действительно ужасно. Я только помню, как я посмотрел на горы и подумал, что это, возможно, последний день на земле. Казалось, что мы все здесь погибнем».

Нуптул стал искать 40 монастырских детей, самым младшим из которых было по 6 лет, пытавшихся укрыться в зданиях, «потому что горы просто тряслись. Я всего лишь хотел, чтобы все были в безопасности. В тот момент я не был уверен, удастся ли нам спастись или мы умрем, потому что если бы горы упали, мы все оказались бы под завалами... Горы расположены очень близко к монастырю».

Собрав детей снаружи под навесом, он зашел в маленький монастырский ретритный центр, где 10 монахов и 8 монахинь в двух отдельных группах

>> продолжение на следующей странице

>> продолжение *Землетрясения*  
совершали молитвы.

«Им запрещено выходить наружу, – сказал он. – Они не имеют права принимать посетителей. Я побегал в ретритный центр к монахам. С ними было все в порядке, они были очень спокойны, и держались хорошо».

Но когда он заглянул к 8 молодым монахиням, то увидел, что «они были похожи на щенков, прижавшихся друг к другу, напуганных и плачущих. Я сказал им не беспокоиться и что мы все в безопасности. Все они остались в ретритном центре».

«Невероятно, – сказал он, – но 40-летний храм из дерева и камней не был поврежден и никто не пострадал. Даже мандала внутри осталась неповрежденной».

Некоторые маленькие здания, такие как ретритный центр, были частично повреждены. Нуптул сказал, что вместе с двумя другими монахами они починили домик для ретритов в первый день землетрясения.

«Я был напуган, но знал, что они очень преданы и хотят продолжать молиться днем и ночью. Я всегда оставлял одного человека снаружи, который смог бы позвать их на выход, если понадобится. Я сказал ведущим практику, что когда начнет трясти, чтобы они не ждали, когда все начнет падать, а просто выходили наружу».

«Подземные толчки продолжались практически каждый день, – сказал он, – с каждым разом становясь все сильнее».

Окружающие деревни были серьезно повреждены, более 8 500 человек погибли, многие люди были ранены, около 90 процентов домов было разрушено.

«Большинство людей плакали, не зная, что им теперь делать. Мы ничего не могли поделать... Только лишь не заходить в дома», – сказал он, показывая на телефоне фотографии пострадавших. Люди очень страдали: животные и люди втискивались в одну палатку. У кого-то не было ничего, даже палатки».

Невероятно, но после этого прошел майский снегопад, который, по словам монаха, его «по-настоящему шокировал». Это напомнило ему пророчество о темном времени упадка, которое он слышал от одной старой женщины, когда ему было 14 лет.

«Настанет день, и все будет меняться, когда летом пойдет снегопад».

После того, как один из его калифорнийских друзей, который ездил вместе с ним в монастырь, позвонил в посольство США, Нуптул 1 мая вылетел на вертолете в Катманду, чтобы вернуться в Массачусетс несколькими днями позже забронированным рейсом, как раз накануне второго крупного землетрясения.

«Уезжать было сложно, но там мне было нечего делать. Чтобы помочь им, лучше было уехать. Я мог распространить информацию, поговорить с людьми, рассказать им, что там происходит», – сказал Нуптул, который с тех пор как вернулся, ничего не слышал о своей сестре и отце, живущих в маленькой деревне Лхо, поскольку телефонные линии были оборваны из-за последующего толчка. «Я знаю, что скоро наступит зима и самой большой проблемой будет найти укрытие».

Монах запустил веб-сайт для сбора пожертвований для монастыря, которые он планирует использовать в начале октября для восстановления жилищ.

«Наша первоочередная задача, – добавил он, – помочь деревням».

Веб-сайт:  
[www.kyimolung.org/earthquake-relief.html](http://www.kyimolung.org/earthquake-relief.html)

Вы можете связаться с Ричи Дэвисом по электронной почте: [rdavis@recorder.com](mailto:rdavis@recorder.com) или по телефону: 413-772-0261, доб. 269

Перепечатано с разрешения автора и газеты «Гринфилд Рекордер», Гринфилд, штат Массачусетс.

## Два Учителя в Меригаре

### 9-ый Кхамтрул Ринпоче и Цокньи Ринпоче

Западный Меригар был удостоен высокой чести принимать Учителей Кхамтрула Ринпоче и Цокньи Ринпоче, которые с 22 по 26 апреля 2015 года передали наставления по знаменитой Упадеше Махамудры Тилопы под названием «Гангама». В заключительный день Кхамтрул Ринпоче сердечно даровал посвящение Тары всем присутствующим. Учителей сопровождали два высоко реализованных йогина традиции Друкпа-Кагью Токден Ачо и Токден Тутоп Ньима, которые вели практические сессии.

Оба Учителя благосклонно согласились дать интервью для «Зеркала», и мы счастливы, что можем опубликовать оба интервью в этом разделе журнала.

Сначала мы бы хотели привести вступительные слова Кхамтрула Ринпоче, переданные в первый день ретрита, и само интервью, которое он любезно дал «Зеркалу».

*Гьялва Докхампа Шедруб Ньима, 9-ый Кхамтрул Ринпоче, продолжает традицию его предшественников традиции Друкпа-Кагью и в настоящее время*



## Доброе сердце и сострадательный ум

Интервью с Кхамтрулом  
Ринпоче в Гаделинге, 24.04.2015

*возглавляет монастырь Кхампагар в Таши Джонге, основанный его предшественником в штате Химачал Прадеш, Индия, где традиция Токденов, реализованных йогин, поддерживается по сей день. Он также является духовным главой женского монастыря Донгью Гатсал Линг, основанного Джетсунмой Тензин Палмо.*

«Всем таши делек. Это мой первый визит в Европу: путешествие по передаче учений Дхармы. Поэтому я также впервые в Меригаре, месте Чогьяла Намкая Норбу. Я счастлив, что мы можем разделить с ним духовную связь, основанную на Дхарме. Я также благодарен, что вы пригласили меня сюда. Я очень счастлив быть здесь вместе с вами.

Чогьял Намкай Норбу – это не просто выдающийся лама: он также является выдающимся из-за его практики и реализации. Он объездил весь мир, передавая учение Дхармы на благо всех живых существ. Поэтому я необычайно сорадаюсь его деятельности. Но я сорадаюсь не только по этой причине, а еще и потому, что у Чогьяла Намкая Норбу были очень хорошие отношения с моим предшественником, 8-м Кхамтрулом Ринпоче, и он несколько раз приезжал в Таши Джонг. Я знаю, когда Чогьял Намкай Норбу болел лейкемией, его ученики много молились за него, его долгую жизнь и скорое избавление от болезни. Он также прошел лечение, но я слышал, что он исцелился, в основном, благодаря своей практике.

Итак, осознавая все это, в настоящий момент я нахожусь в Дхарма-центре Чогьяла Намкая Норбу и собираюсь поделиться всем, что я знаю о Дхарме. Это не очень много: мои знания о Дхарме не очень обширны. Мне хочется выразить пожелание, чтобы та взаимосвязь, которую мы сейчас создаем, послужила долгой стабильной жизни и здоровью Чогьяла Намкая Норбу. Это мое пожелание».

«Зеркало»: Нам бы хотелось поблагодарить Вас за эту драгоценную возможность взять у Вас интервью, и за то время, которые вы нам выделили. 8-ой Кхамтрул Ринпоче был очень искусным художником, и мы знаем, что вы тоже являетесь художником.

**Кхамтрул Ринпоче:** Предыдущий Кхамтрул Ринпоче был великим художником. Он также был человеком с глубоким состраданием и большим сердцем. Кроме этого, он помогал другим монастырям и храмам. Он просто приезжал туда и в помощь другим дарил картины и тханки. Поэтому я думаю, его картины приносили огромную пользу. Я слышал, что в Тибете он нарисовал большое количество тханок и некоторые из этих драгоценных тханок перевез в Индию.

«Зеркало»: Мы слышали, что у вас тесные художественные связи с Дугу Чогьялом Ринпоче, который писал изображения изначальных учителей в гомпе Меригара.

**Кхамтрул Ринпоче:** Предыдущий Кхамтрул Ринпоче был художником, но я так и не научился писать тханки, поэтому я не располагаю знаниями тханкописи. Поэтому я думаю, что с точки зрения живописи у нас не прослеживается сильная связь, потому что я не художник. Однако между мной и Чогьялом Намкаем Норбу есть сильная связь.

«Зеркало»: Вы являетесь духовным главой женского монастыря Донгью Гатсал Линг, неподалеку от Таши Джонга, основанного Ани Тензин Палмо, которая широко известна на Западе. Как воплотилась эта идея?

**Кхамтрул Ринпоче:** Предыдущий Кхамтрул Ринпоче попросил Джецунму Тензин Палмо построить женский монастырь Друкпа-Кагью, вот она и построила. Я высоко ценю ее усилия по постройке монастыря. Она действительно заботится о монахинях, так как они испытывали трудности с получением



образования и практикой. Поэтому я думаю, что для этих молодых монахинь из гималайского региона это большое благо.

«Зеркало»: Как вы считаете, важно ли учить тибетский язык, чтобы понимать учения?

**Кхамтрул Ринпоче:** Я думаю, что такой острой необходимости в изучении тибетского нет, потому что в наши дни многие учения переведены на английский и другие языки.

«Зеркало»: Наш Учитель Чогьял Намкай Норбу прилагает большие усилия к сохранению тибетской культуры, и последние пару лет он продвигает тибетские традиционные и популярные танцы, которые мы изучаем помимо Ваджрных танцев. В Таши Джонге у вас есть интересные традиции Гарчама и других ламских танцев. Не могли бы рассказать, какова их важность?

**Кхамтрул Ринпоче:** Я тоже считаю, что важно сохранять тибетскую культуру. Но это касается не только Тибета, а любой страны: очень важно сохранить собственную культуру, язык, танцы и прочее.

Что касается ламских танцев, это не просто танцы и песни: они больше связаны с тантрической практикой. Предыдущий Кхамтрул Ринпоче был большим знатоком этих Ваджрных танцев, и я их тоже выучил. Поэтому в нашем монастыре мы практикуем эти священные танцы, сохраняя традицию.

В действительности в тантрической практике существуют Ваджрные тан-

цы, но совершенно не обязательно, чтобы все их выполняли.

**«Зеркало»:** Приносят ли ламские танцы пользу тем, кто наблюдает за ними? Если да, то какую?

**Кхамтрул Ринпоче:** На самом деле от предыдущего Кхамтрула Ринпоче остались наставления по пользе от ламских танцев. В них говорится, что увидевший танец избавится от препятствий и получит благословение и семья освобождения. Это прописано в предисловии к наставлениям предыдущего Кхамтрула Ринпоче, и это объяснение связано с одним очень важным текстом Ваджраяны.

**«Зеркало»:** Западные люди иногда думают, что для практики Дхармы им нужно стать монахами и монахинями или от всего отказаться. Это непросто сделать. У вас есть совет для практикующих мирян на Западе?

**Кхамтрул Ринпоче:** Большинство практик должно проистекать из сердца, а не из ума, поэтому монах ты или нет, нет никакой разницы. Я думаю, что наиболее важным для каждого являются большое сердце и ум, полный сострадания.

**«Зеркало»:** Расскажите, пожалуйста, о вашем обучении у токденов.

**Кхамтрул Ринпоче:** На самом деле я никогда не ходил в школу. Сначала я научился читать по-тибетски. Тогда я проводил много времени с токденами, которые заботились обо мне, а также обучали практике Дхармы. Потом несколько тибетских ученых кхенпо обучили меня буддистской философии. Поэтому я думаю, что находясь с токденами, я получил от них благословения.

**«Зеркало»:** Дайте нам, пожалуйста, какой-нибудь общий совет.

**Кхамтрул Ринпоче:** Я очень счастлив, что смог приехать сюда. Я чувствую очень хорошую энергию, потому что Чогьял Намкай Норбу – великий Учитель и его великое благословение тоже находится здесь.

В силу благословений и доброты Ринпоче, самое главное, чтобы все его ученики постоянно хорошо практиковали Дхарму и относились друг к другу по-дружески. Это способствует долгой жизни Ринпоче.

**«Зеркало»:** Большое спасибо, Ринпоче.

## Дхарма приходит на Запад

Интервью с Цокньи Ринпоче в Гаделинге, 26 апреля 2015 года

*Цокньи Ринпоче – тулку традиций Другпа-Кагью и Ньингма, тибетский буддистский учитель и автор нескольких книг, включая «Открытое сердце – открытый ум». Отличительной особенностью его жизни и работы является то, что он оказывает духовную и материальную поддержку монахиням в регионе Нангчен Восточного Тибета, а также в Непале.*

**«Зеркало»:** Ринпоче, спасибо, что согласились дать интервью для газеты «Зеркало». Последний раз мы брали у вас интервью в январе 1998 года, когда вы впервые давали учение в Меригаре.

Со времени вашего последнего визита этика и принципы буддистской Дхармы стали проявляться на Западе иначе. Так, например, появились курсы по осознанности и использованию медитации в различных сферах жизни, проводятся конференции по вопросам неврологии между буддистскими мастерами и учеными. Его Святейшество Далай-лама сейчас говорит о таком понятии, как «внерелигиозная этика». Как вы относитесь к такому отступлению от традиционного курса?

**Цокньи Ринпоче:** Я думаю, что это начало чего-то большого. К примеру, Дхарма пришла в Тибет другими путями. В Тибете было много демонов, большое количество мар, поэтому Дхарма пришла в Тибет, прежде всего, для усмирения демонических сил в Земле Снегов при помощи ритуалов и тому подобных средств. Потом, постепенно, там утвердилось истинная буддистская Дхарма, основанная на любви, сострадании и мудрости.

Но теперь Дхарма пришла на Запад. Мы не испытываем влияния демонических сил со стороны духов, но у нас существуют внутренние конфликты от переизбытка жадности, неиссякаемой жадности вещей, фундаментальной поверхностности, скорости, тревоги, суетности и депрессии. На Западе существует много разных проблем. Поэтому Дхарма проявляется немного по-другому: вначале людей необходимо



успокоить, усмирить, привести к осознанности, помочь обнаружить сущность любви и благополучия, помочь стать более здоровыми. Как только удастся этого достичь, проявятся люди, для того чтобы установить буддийскую Дхарму во всей ее полноте на Западе. Поэтому на данный момент происходит некоторое жонглирование двумя ее частями: той, что представляет собой слишком традиционную Дхарму, и другой, являющейся слишком «прилизанной» Дхармой, которая помогает людям, но не решает проблему в целом. Сейчас должны существовать обе, а со временем, исходя из связи, отношений и опыта, все прояснится. Я думаю, что обе из них хороши.

**«Зеркало»:** Передавая Дхарму восточным и западным ученикам, вы используете одинаковый подход, или вы приспосабливаетесь к западному мышлению, или, как вы его назвали во время учения, «изошренному» уму?

**Цокньи Ринпоче:** Основное послание одно и то же, но способы выражения учения несколько разнятся. Подход, или метод, немного отличается, поскольку существует разное понимание культуры, хотя суть учения Дхармы одна и та же. На Западе я акцентирую внимание на необходимости вначале снизить скорость. На Востоке я прошу ускориться: нельзя быть такими медлительными. Затем на этой основе мы обращаемся к Дхарме.

**«Зеркало»:** Сегодня вы выразили озабоченность по поводу судьбы матери-земли и продолжительности человеческого

существования. Как вы относитесь к проблемам окружающей среды?

**Цокньи Ринпоче:** Мне очень грустно от этого. Если ничего не изменится и мы будем продолжать наш современный образ жизни, я думаю, в конце концов, мать-земля истощится. Я вижу это достаточно ясно, так как у меня есть друзья в мире науки. Основываясь на том, что я от них узнал, я пришел к выводу, что угроза существует. Но я продолжаю надеяться и полагаю, что решение может быть найдено из двух источников. Первый – общечеловеческий интерес, чувство личной ответственности каждого. Второй источник представляет собой достижения технического прогресса, например, использование очищенных и менее дорогостоящих способов добычи энергии.

Мне очень грустно, когда я думаю об этом, потому что мир так прекрасен и зелен. Я люблю деревья, растения, воздух, движение солнца, луны, потоки мыслей, эмоций. Людям не нравятся эмоции. А мне нравятся. Нужно знать, как ими управлять. Это так прекрасно. Но все это может исчезнуть с лица земли, поэтому мне очень грустно.

Если мы вспомним об эволюции, мутациях и приспособлении, то поймем, что прошли миллиарды и миллионы лет, прежде чем одни особи развились в другие. Это так долго. Теперь мы обладаем этим изощренным умом, и если все это погибнет, возможно, мы уже никогда не сможем возродить это в будущем. Нужно задуматься об этом.

**«Зеркало»:** Мы читали о ваших проектах по поддержке девочек и молодых женщин и предоставлению им светского и религиозного образования в Тибете и Непале. Не могли бы вы рассказать об этом? Почему вы уделяете больше внимания развитию женских монастырей, нежели мужских?

**Цокньи Ринпоче:** Есть две причины: одна связана с этой жизнью, а вторая – с пожелания, сделанным в одной из предыдущих жизней. В XVIII веке первый и второй Цокньи Ринпоче занимались похоронной деятельностью в Нангчене, что в Восточном Тибете.

Потом, уже в этой жизни, несколько монахинь переехали ко мне в Непал из Тибета. Поэтому я организовал маленькую общину монахинь, которая со временем разрослась. Я вижу потенциал в энтузиазме и способностях женщин.

Они очень чисты и легко обучаемы. Тогда я понял, что обучать женщин – это самый лучший способ изменить мир. Я и сам вижу, как изменившиеся женщины меняют своих мужей, сыновей и дочерей, влияют на многие вещи. Это так называемый волновой эффект. Я вижу, как он проявляется в женской форме.

Но моя главная мотивация состоит в том, чтобы обучить этих молодых монахинь, чтобы они постепенно превратились в миниатюрных Далай-лаам в женской форме. Они понимают чувства, понимают эмоции и любовь, у них есть женская мудрость, мудрость чувств, и, объединив современное образование, древнюю мудрость и практику реализации, они смогут обучать,



Кхамтрул Ринпоче передает посвящение Тары, ему помогают Токден Тутоп Ньима, Цокньи Ринпоче и Токден Ачо. Фото на стр. 14 и 17: Еши Чогьял.

и в этом будет большая сила. Это моя мечта, и я разрабатываю систему современного образования, плюс девятилетний курс шедры (изучение буддийских текстов), затем трехлетний ретрит, после чего монахини смогут преподавать или вернуться к деревенской жизни, некоторые же смогут уехать на Запад. Многим людям понравилось бы получить учение от женского воплощения. Люди всегда слушают учение Ринпоче-мужчины. А здесь другой голос, другое понимание.

**«Зеркало»:** Посоветуйте, пожалуйста, западным людям, как воспитывать детей, чтобы они выросли счастливыми и ответственными людьми.

**Цокньи Ринпоче:** Я думаю, что процесс воспитания детей крайне важен, но это не какой-то шумный образовательный процесс, а что-то, что происходит без слов. Это похоже на «молчаливую передачу чувства благополучия» от родителей к детям. Я вижу, что важно иметь контакт с ребенком, держать его на коленях, а он пусть смотрит во внешний мир. Дети могут играть, но в то же вре-

мя у них есть ступ, чтобы присесть, – их родители. Дети могут на них опереться, они чувствуют, что не упадут, что кто-то их защищает, хотя могут не осознавать этого. Это ощущение защиты должно укрепляться в психике и чувствах ребенка, чтобы дети чувствовали, что все в порядке, что они в безопасности, но в то же самое время они могут свободно уйти и свободно вернуться.

Когда с целью обучения, основанном на познании, мы погружаем в сознание ребенка понятия страха и надежды, которые переполняют его, мы прививаем чувство ранней ответственности, а с ответственностью мы внушаем детям страх и надежду, которые заставляют их искать что-либо вовне. Если мы помещаем едва уловимый страх в тонкое тело, нервную систему детей, то, когда они вырастают, этот штамп подвержен всевозможным волнениям, изменениям и приводится в действие многими факторами. Нельзя сказать, что это хорошо для здоровья. Конечно, мы должны прививать образование, мышление, но также и состояние безопасности, чувство безопасности, бессознательное ощущение безопасности. Иными словами, если в голове у вас царит волнение и в целом вас переполняет страх, это может привести к катастрофе. Поэтому необходима связь с сущностью любви, понимание добрых, но сильных чувств, эмоций. Не стоит всегда пытаться понять что-либо с интеллектуальной точки зрения, забывая про чувства.

**«Зеркало»:** Может быть, у вас есть послание специально для Дзогчен-общины Чогьяла Намкая Норбу?

**Цокньи Ринпоче:** Специально нет. Я очень счастлив, что центр вашей мандалы все еще жив, поэтому мне нечего сказать, ведь он является центром вашей мандалы и прекрасно справляется со своей задачей. Я слышал от многих людей, что он очень много трудится для блага всех вас: пишет, выступает, дает учения различными способами, пытается привнести Дхарму в жизнь во всех направлениях. Я слышал, что он встает каждое утро очень рано, размышляя, как сделать это наилучшим способом. Это поразительно. Пожалуйста, продолжайте и активно участвуйте в его деятельности.

**«Зеркало»:** Ринпоче, спасибо большое, что уделили нам время.

# Меламчи-гьянг – сокровище скрытой земли

Шарнон Ментор-Кинг

Непал знаменит своими потрясающими горами, выносливыми шерпами и древней буддийской традицией. Но землетрясение, потрясшее северо-восточный Непал 25 апреля, резко изменило ландшафт многих горных районов. Эта статья была написана для «Зеркала», прежде чем землетрясение безвозвратно изменило деревню Меламчи-гьянг в Йолмо, месте, где медитировали Гуру Ринпоче и Еше Цогьял.

Для всех, кто предан Гуру Ринпоче, прибытие в Меламчи-гьянг является своего рода возвращением домой. Независимо от того, чувствуете ли вы резонанс с пейзажем – небольшим горным плато, расположенным напротив скалистых пиков и яркого неба Гималаев, с разбросанными каменными зданиями и ячменными полями, окаймленным древним и задумчивым лесом – или нет, но энергию, привнесенную сюда присутствием и практикой Падмасамбхавы, не заметить трудно.

Расположенная на снежном склоне Йолмо, Меламчи-гьянг, скрытая земля Гуру и его главной тибетской ученицы Еше Цогьял, – это место, расположенное вдалеке от современного мира. Дороги появились здесь только в последние три года, но даже сейчас проехать по ним можно только четыре месяца в году. Это священное место Гуру Ринпоче посещают больше путешественники, нежели паломники, поскольку оно расположено на трекке Хеламбу. Многие, кто оказываются здесь, не распознают важности этого благоприятного места и своей удачи от того, что оказались здесь.

Йолмо (также известный как Хеламбу), расположенный в северной части Непала, известен своими многочисленными друб-пуг, или пещерами для медитации, две из которых известны как места практик Гуру Ринпоче. Нижняя и более доступная из них – это пещера Меламчи-гьянга. Она называется ньида ранг-джунг друб-пуг, или Медитационная пещера самовозникших солнца и



Медитационная пещера самовозникших солнца и луны.

луны, из-за естественного полумесяца, обрамляющего круг в каменной крыше пещеры, символизирующего союз мудрости и искусных средств. Пещера по структуре выглядит так, словно была создана камнепадом. Большой плоский валун взгромоздился на трех небольших валунах в форме треугольника. Местные ламы говорят, что это связано с предпочтением Гуру пребывать в треугольных структурах, представляющих Три Драгоценности – Будду, Дхарму и Сангху. Стороны пещеры были укреплены, и крыша во внутренней части была высечена, что позволило создать просторное жилище. Некоторые приписывают эту каменную кладку Гуру, поговаривая, что он вырезал камни из скалы своим трезубцем, тогда как другие источники заявляют, что эта пещера существовала задолго до Падмасамбхавы, еще в каменном веке, когда в ней обитал гималайский народ, который провел эти преобразования, чтобы отвести капающую воду от спального места.

Сама пещера представляет собой теплое и уютное пространство. Благодаря усилиям местного ламы и спонсоров из Тайваня пещера теперь имеет деревянный пол и удобства, расположенные поблизости, а также старую кухню. Часто здесь можно встретить монаха или мирянина, выполняющих ретрит, что придает пещере домашнюю атмосферу и, несмотря на легкий поток паломнического движения, ощущение, что это действительно святое место Гуру Ринпоче.

От входа в главную пещеру можно увидеть большую часть Долины Йолмо, в том числе, большую естественную

пирамиду Ама Янгри (четвертой хранительницы долины), расположенную на востоке, горный ретритный центр Чатрала Ринпоче в Нединге, а также снежный склон Гималаев на севере.

Так в чем же ценность практики в



Деревня Меламчи-гьянг.

таком месте? Хотя она не несет в себе такие же высокие качества, как гораздо более высокая и менее доступная пещера для медитации под названием Янгдак Чок (достигший ее никогда не родится в трех низших мирах), самим Гуру было провозглашено, что день практики в долине Йолмо равен году практики в мирских местах. Если кто-то готов приложить усилия, чтобы добраться до Йолмо, то Меламчи-гьянг – это идеальное место для практики или ретрита.

Добраться до Меламчи-гьянга можно по дороге с февраля по май (весь путь занимает от шести до девяти часов на автобусе из Катманду или четыре часа на джипе) или пешком в любое другое время года в зависимости от условий.

Паломники, возможно, предпочтут накопить заслуги во время пешего похода к святыне, доехав на автобусе только до Качунга, где великий тибетский йог Миларепа в течение трех лет медитировал в Пещере Тигра по пути к своему учителю Марпе и достиг реализации. В Качунге можно остановиться у местных жителей или в гестхаусе и, если необходимо, нанять носильщика, чтобы добраться до Меламчи-гьянга. Последний этап этого путешествия – это трехчасовой поход из долины реки к поселку, расположенному на возвышении, и восхождение по живописной горной тропе, которая еще три года назад служила в качестве единственного пути в Меламчи-гьянг и обратно. Местные жители называют ее «дорога», но это далеко не так. Здесь вам понадобится крепкая легкая обувь или сапоги и запас воды.

В Меламчи-гьянге есть множество гостиниц, где можно остановиться.



Чортен Йолмо.

сможете пообедать с семьей, сидя на полу вокруг дровяной печи. Едят, в основном, традиционный дал бат с выращенными овощами, бобами, и знаменитым рисом из долины Йолмо.

Помимо этого, Йолмо славится сво-

количество самовозникших реликвий или мест паломничества, которые свидетельствует о присутствии Падмасамбхавы и Еше Цогьял. Многие из этих объектов и изображений возникли в виде камней из крошечных кристаллов кварца (назвать который – за пределами авторских способностей), размытых водой и дождем, которые оставили на них завораживающие формы и узоры. Они упоминаются Чатралом Ринпоче в его сочинении «Пробуждение скрытой долины».

### Кхандро Санг-пуг – тайная пещера дакини

Всего в 20 минутах ходьбы от главной пещеры, неподалеку от местной школы, сохранились свидетельства того, что однажды в Меламчи-гьянге останавливалась сама Еше Цогьял. Эта маленькая влажная пещера расположена на отвесной горе, и местные жители говорят, что здесь находится просветленный



Кхенпо Ньима Дондуп снаружи разрушенной пещеры Ньи-ла Ранг-а-жунг Друг-пуг, или Медитационной пещеры самовозникших солнца и луны. Фото: Джон Кван.

Местные жители здесь буддисты и говорят на тибетском диалекте. Тем не менее, большинство из них зарабатывают на жизнь, гостеприимно предоставляя ночлег туристам. Они радуются, когда к ним заезжают буддийские паломники и практики. Эти люди – горцы в прямом смысле слова: коренастые, крепкие люди земли, которые носят ножи кукури в практических целях, по привычке сплевывают и пьют ракши, горячий самогон на основе проса с ложкой растворенного в нем острого масла в качестве обезболивающего средства. Свои дни они проводят, вырубая лес, плетя корзины, перегоняя ракши, выращивая зерно, пася коз и готовя еду. Заказав блюда из «ресторанного меню» одного из таких постоянных дворов, вы

ей чистой водой. Путешественники могут не бояться за свое здоровье, употребляя воду в Меламчи-гьянге: она является настоящим общеукрепляющим средством, так как обладает восемью качествами чистой воды: кристальная чистота, прохлада, сладость, легкость и мягкость, она успокаивает желудок, не содержит примесей и очищает горло. Даже почва в этой скрытой земле бластит, а богатый медный цвет ее глины наводит на мысль о Горе Цвета Меди, на которой, как говорят, пребывает Гуру Ринпоче.

Говорят, что Гуру Ринпоче и Еше Цогьял оставили скрытые сокровища и свои следы по всему Йолмо, особенно в Меламчи-гьянге. В часе ходьбы от пещеры Гуру можно найти большое

«душ» принцессы. Струйка металлической проточной воды, текущая из входа в пещеру, указывает на то, что может быть найдено внутри. В метре от входа с низкой крыши капает вода, вытекающая из камня, удивительно похожего на женское лоно. Этот дудци, или нектар, считается чудесным подарком самой дакини и высоко почитается тибетскими и непальскими буддистами.

### Драгоценные жернова

Этот артефакт Гуру представляет собой пару камней, теперь ярко окрашенных, которые, как считается, поворачиваются спонтанно. Это одно из «великих благословений Йолмо». Изначально жернова находились в пещере Амитаб-

>> продолжение на следующей странице

>> продолжение *Скрытой земли*

хи ниже Меламчи-гьянга, но затем были перемещены в деревню в храм Амитахи, чтобы они лучше сохранились. К сожалению, этот храм сейчас закрыт, и посмотреть на жернова можно только, когда местный лама идет зажигать светильники для подношения в 5 утра.

### Старая Ступа

Старая ступа в центре Меламчи-гьянга построена на основании одного из ранних храмов, построенных здесь, которые, к сожалению сгорели.

### Ткацкий станок

Это интересное скальное образование находится за старой ступой и считается ткацким станком Еше Цогьял. Согласно местной легенде Гуру Падмасамбхава прибыл в Меламчи-гьянг, облаченный в одну лишь тигровую шкуру, обязанную вокруг его талии, поэтому Еше Цогьял решила соткать ему одежду с помощью этого каменного ткацкого станка.



Ботинки Гуру Ринпоче.

ных валунов, которые, как поговаривают, служили печью и водным родником Гуру Ринпоче. Может показаться удивительным, что: а) эти камни представляют собой кухню, и б) что Гуру вообще могла потребоваться кухня на расстоянии километра от его пещеры вниз по склону. Тем не менее, это место было признано и проверено самим Чатралом Ринпоче. Как и все эти места и артефакты, эти валуны, кажется, обладают своей силой.

### Кан-гьюр и тен-гьюр

Прямо над тронном на отвесной скале расположен ряд камней, считающихся самовозникшими изображениями буддийских писаний в форме тибетских печей. Это довольно сложное восхождение, поэтому вам потребуются хорошие ботинки.

### Девять Ян

По пути к Шуг-три можно встретить самовозникший феномен девяти ян,



Печь Гуру Ринпоче (таб). Фото: Джон Кван.



courtesy Jon Kwan

### Цог-шинг – самовозникшее поле заслуг

На восточном краю Меламчи-гьянга, неподалеку от местных поселений находится самовозникший Цог-шинг, или поле заслуг. Это большая структура горной породы представляет собой молитву Лонгченпы Кун-занг Дор-сем и воплощает сущность Самантабхадры, Ваджрасаттвы, Гараба Дордже, Шри Сингхи, и так далее.

### Таб – кухня Гуру

Вниз по склону горы к югу от деревни любящий приключения паломник может встретить собрание из трех круп-

### Шуг-три – трон Гуру Ринпоче

Где-то в часе ходьбы от деревни находится Шуг-три, или трон Гуру Ринпоче. Это место на северо-востоке легко заметить по молитвенным флажкам. Дорогу, однако, найти не так просто, поэтому лучше спросить у местных жителей. Географическое чудо почти за пределами возможностей природы, этот большой камень выделяется из окружающих скал подобно носу корабля. Увенчивает его структура, напоминающая трон. Местная легенда гласит, что именно здесь Падмасамбхава передавал Дхарму дакини и существам из других миров.

или девяти принципов поворота колеса буддийской Дхармы, в соответствии с традицией Ньингма. Как и серия из девяти тибетских печей, расположенных на книжной полке, это место почитается как святое местными жителями и учителями.

### Отпечаток головы

Над главной пещерой есть интересное углубление в нижней части каменистого выступа, которое считается отпечатком головы Гуру. Для местного пейзажа такое явление довольно уникально: по форме отпечаток напоминает верхнюю часть головы и действительно кажется

# Освобождение через видение

## Мандалы-тагдролы для колумбария Западного Меригара

**П**оследние несколько месяцев группа профессионалов под руководством Мигмара Церинга работала над проектом по созданию набора прекрасно разукрашенных мандал для недавно построенного колумбария, расположенного рядом с гомпой Западного Меригара. Команда, состоящая из художников, каллиграфов и тибетологов, объединила свои способности, чтобы создать набор из двенадцати больших изображений, которые украсят потолок колумбария.

Четыре основных изображения представляют собой три различных тагдрол, один из которых изображен



Джорджо, Мигмар, Магда, Анна и Наталья.

Фото: А. Грэнжер.

дважды. Это тагдролы, освобождающие через различные аспекты контакта, включая видение. Один из них – это тагдрол из Лонгчен Ньинггиг (klong chen snying thig), терма Джигме Лингпы. Второй тагдрол, который повторя-

ется дважды, взят из Ламы Гонгду (bla ma dgongs 'dus), цикла, открытого великим тергоном Сангье Лингпой. Третий тагдрол происходит из Ньинггиг Яжи (snying thig ya bzhi) Лонгченпы.

>> продолжение на следующей странице

>> продолжение *Скрытой земли*

настоящим. Это место мало известно и редко посещается. Дороги там нет, и добраться можно только по тропе, ведущей прямо в гору через лес.

### Отпечаток шапки

Более известный, чем отпечаток головы, отпечаток шапки Гуру находится ниже деревни, недалеко от дороги. Это место выделено молитвенными флажками, но лучше взять местного гида.

### Отпечаток обуви

Это недавно найденное изображение гигантской обуви, похожей на ту, что носил Гуру, еще не было удостоверено, но, судя по всему, это именно то, чем кажется. Найденный недавно при проведении дорожных работ, большой камень со следом в течение нескольких поколений лежал незамеченный рядом с пешеходной тропой. Если вы решите прогуляться вниз от деревни, то сможете посмотреть оба отпечатка: обуви и шапки.

### Отпечаток трезубца

В нескольких метрах над следом от обуви есть необычный феномен: три отверстия, будто бы выплавленные в булыжнике, форма которых сразу наводит на мысль о гигантском трезубце.

### Отпечаток ноги

Еще одним самовозникшим феноменом, находящимся не в Меламчи-гьянге, но видимым с дороги, расположенной рядом с Качунгом, является лесная поляна на западном склоне горы, явно напоминающая гигантский след. По словам местных жителей, это поляна никогда не была покрыта лесом и там никогда не будут расти деревья.

В целом, Йолмо – это невероятный и практически неизведанный рай для практикующих с впечатляющими горами, вдохновляющими веру самовозникшими явлениями и целительной

водой. Благодаря своей непосредственной близости к Катманду, его может посетить любой паломник, путешествующий по горам Непала, чтобы засвидетельствовать величие снежного склона Йолмо и получить благословения великого Гуру из Удияны и его ученицы Еше Цогьял.

Для получения более подробной информации о районе и истории Йолмо вы можете приобрести «Путеводитель по скрытой земле снежного склона Йолмо и его истории», написанный Кхенпо Ньима Дондрупом. ISBN No. 978-9937-506-46-5.

*Менее чем через месяц после написания этой статьи серия землетрясений опустошила Катманду и горные районы северо-восточной части Непала. Стихия не пощадила и Меламчи-гьянг. После первого землетрясения, случившегося 26 апреля в 11:56, из 45 домов деревни остались только два. Погиб один человек, многие были ранены, а 300-летние статуи в пещере Ранг-джунг Ньи-да были разрушены. Храм в центре деревни и отремонтированная школа рухнули, и муссонные дожди, которые быстро приближаются, могут довольно сильно осложнить жизнь жителей Меламчи-гьянга.*

*Но не все так печально. Гуманитарные организации и группы по оказанию помощи, которые работают с местными жителями с первых дней катастрофы, уже планируют, как лучше перестроить деревню, а одна благотворительная организация из Великобритании даже пообещала установить в школе 10 компьютеров.*

*Сейчас, более чем когда-либо, жители Меламчи-гьянга нуждаются в нашей поддержке. В краткосрочной перспективе им нужны наши пожертвования, в долгосрочной перспективе для возобновления туризма в регионе – путешественники и буддийские паломники, которые будут останавливаться в новых гостевых домиках, а также посещать древние пещеры для медитации.*

>> продолжение Мандал-тагдролов

Перед началом работы руководитель проекта Мигмар Церинг, библиотекарь Меригара Маргарита Панса и каллиграф Джордж Даллорто изучили каждый тагдрол, опираясь на два различных издания каждого текста, выпущенных различными издательствами. Маргарита любезно предоставила копии этих текстов из библиотеки Западного Меригара.

После изучения оригинальных текстов Мигмар раскрасил тагдролы, используя цвета. Помимо этого, он использовал пять цветов, представляющие пять элементов — дерево, огонь, земля, металл и вода, — используя их в порядке мать-сын, при котором согласно тибетской астрологии материнский цвет оберегает сыновний.

Сначала Джордж Даллорто написал мантры на четырех мандалах-тагдролах письмом учен, а затем Мигмар их раскрасил. Семенные слоги пяти Дхьяни-будд были написаны чистым золотом, а остальные мантры были написаны с использованием смеси золота с порошками других металлов: серебром, медью, железом и бронзой.

Во всех мандалах-тагдролах есть много мантр, основная из которых — Песня Ваджры, затем идут мантры пяти семейств Будд, 25 Тигле вселенной, мантры 42 Мирных и 58 Гневных божеств, а также многие другие мантры, перечисленные в «Тибетской книге мертвых». Каждая мандала также включает в себя гласные и согласные санскритского алфавита и мантру взаимозависимости.

Остальные восемь изображений украшены шестислоговой мантрой, освобождающей шесть классов чувствующих существ и наделяющей силой посредством сущности шести измерений Самантабхадры: 'а А ХА ША СА МА. На каждом изображении мантра написана золотыми буквами в различном стиле каллиграфии. Были использованы следующие шрифты:

- учен (*dbu can*);
- уме (*dbu med*);
- пагна (*phags pa*), или квадратный шрифт, или хор йи (*hor yig*);
- марчен (*smar chen*), древнее письмо Шанг Шунга;
- две формы письма пунг йи (*spungs yig*), которое происходит из страны Тагциг (*rtag gzigs kyi yi ge spungs so chung, rtag gzigs kyi yi ge spungs so che ba*);



Мигмар Церинг пишет буквы золотом.

Фото: Николь Станисова

- *син йи (srin yig)*;
- *мар (smar), или лха баб йи ге (lha babs yi ge), «язык, снизошедший от богов».*

Краски, использовавшиеся для росписи мандал, были приготовлены традиционным образом: по большей части натуральные пигменты были смешаны с размолотыми в порошок полудрагоценными камнями, такими как бирюза, жемчуг, коралл, ляпис-лазурь, янтарь и малахит, а также драгоценными пилюлями для увеличения потенциальности. Обычно этот вид пилюль используется вместе с мантрами и драгоценными камнями для закладки статуй.

Некоторые из этих драгоценных пилюль изготовлены из священных субстанций, связанных с телом, речью и умом, а также развитием их потенциальности и увеличением общего процветания. Другие же приготовлены с использованием медицинских составов. Например, некоторые драгоценные пилюли содержат зангпо друг (*[sman] bzang po drug*), «шесть превосходных лекарств», которые используются в качестве основы для лекарств: мускатный орех, шафран, тростниковый бамбук, гвоздика, коричневый кардамон и зеленый кардамон (*atomum medium*), а также пачунг нга (*ba byung lnga*), пять продуктов от коровы: моча, экскременты, молоко, масло и йогурт. Третьи содержат такие субстанции, как красный сандал (*tsan dan dmar po*), белый сандал (*tsan dan dkar po*) и камфору (*ga bur*).

Когда все изображения были окончены, четыре основных мандалы-тагдрола были помещены в центре потолка колумбария в четырех направлениях, которым соответствуют четыре входа в здание. Восемь изображений с тигле

и шестью локами покроют оставшуюся часть потолка. Внутренняя часть здания будет готова к приезду Ринпоче в середине июня. Внешняя роспись должна быть окончена к августовскому ретриту в Западном Меригаре с нашим Учителем. Тогда же пройдет формальная церемония открытия колумбария.

Помимо этого, будут сделаны профессиональные фото четырех основных мандал тагдролов, на основе которых будут сделаны репродукции меньшего размера.

Международная команда этого проекта под руководством Мигмара Церинга, собравшая участников из различных частей Дзогчен-общины, состояла из художников Анны Пуччи, Магды Зик, Ю Шанг, Натальи Кушнаревой, Ленки Чановой, тибетских каллиграфов Мигмара и Джордж Даллорто и исследователя-консультанта по текстам и тибетским шрифтам Маргариты Панса. Работа, продолжавшаяся несколько месяцев, полностью выполнялась как карма-йога. Вся команда благодарит



Джордж Даллорто копирует мантры, выполненные в письме учен. Фото: Николь Станисова.

ганчи Меригара и геке Николь Станисову за их любезную помощь и выражает надежду, что нелегкая работа всех участников создаст хорошую причину для других в будущем.

Как только работа над внутренней частью колумбария будет окончена, начнутся работы над внешней частью здания и прилегающей территорией. Есть планы выложить мантры Сингхамукхи вокруг здания и создать красивый сад. Нам все еще нужны средства на эти работы. Поэтому мы приглашаем всех желающих сделать подношение на этот проект, пройдя по ссылке:

<http://www.dzogchen.it/il-cinerario/>



# Чувствуя себя одной большой семьей

Ежегодное общее собрание Дзамлинг Гара  
7 апреля 2015 года

*После того как ганчи Дзамлинг Гара представил результаты своей работы за прошедший 2014 год, Чогьял Намкай Норбу дал несколько советов о том, как членам ганчи следует подходить к своей работе в будущем. В своей речи Ринпоче также сравнил Общину с семьей.*

**Я** бы хотел поблагодарить всех за проделанную работу. Она принесла много пользы. Каждый делает все возможное для Дзамлинг Гара.

Мы хотим создать здесь фонд, как это было сделано несколько лет назад в Меригаре, для людей, испытывающих проблемы со здоровьем, не имеющих средств к существованию, особенно для людей, посвятивших себя работе на благо Дзогчен-общины. Мы [живем] во времени и постепенно стареем. Нам необходимо создать базу, фонд для оказания помощи таким людям. В связи с этим мы решили создать фонд [в Дзамлинг Гаре]. Мы с Розой хотим сделать подношение в этот фонд. Нам нужен кто-то, кто живет здесь и сможет наладить работу фонда. Эта задача, конечно, связана с работой ганчи, но нам нужен специальный человек, который займется регистрацией и решением всех вопросов. Мне кажется, было бы очень хорошо, если Йоланда Феррандис смогла бы за это взяться. Если ганчи не возражает, то можно ее спросить.

Кроме того, мы хотим поднести что-нибудь и для музея, который мы готовим. Вы уже знаете, что он имеет большое значение. Я предложил ганчи Меригара и Дзамлинг Гара, по возможности, также добавить, скажем, 10 тысяч, так как в настоящий момент важно помочь музею.

Вот об этом я и хотел вам рассказать. Хочу выразить огромную признательность всем, кто уже сделал какие-либо подношения. Мы всегда можем делать все от нас зависящее, чтобы продвигать эти проекты.

Еще осталось немного времени. У нас есть 20 минут, и я вам что-нибудь расскажу. В целом, нам важно научиться следовать времени. Мы живем во времени, поэтому оно имеет большое значение.

Я хочу поблагодарить всех, кто посвящает себя Дзамлинг Гару и вообще другим гарам Дзогчен-общины, а также волонтерам, которые работают в гарах. Их работа очень приветствуется, спасибо им большое.

Вообще, когда мы в Дзогчен-общине, мы должны чувствовать, что Община – это что-то вроде семьи, а не просто какая-то организация. Мы также связаны с духовным путем, и эта связь длится до тех пор, пока мы не обретем полную реализацию. Поэтому нам нужно сотрудничать и уважать друг друга. Это очень

важный момент: ощущать, что все мы – члены одной семьи. Я, например, посвящаю свое время и делаю все, что в моих силах, не только для Дзамлинг Гара, но везде, где бы я ни был, особенно для различных гаров и лингов. Даже если речь идет просто о практикующих и ганчи нашей Общины, я всегда стараюсь оказать помощь и сотрудничать с ними. Этому должен научиться каждый, потому что мы следуем учению Дзогчен. Я делаю так, потому что практикую Дзогчен. Нам необходимо интегрировать практику Дзогчена в свою жизнь, а не предаваться всего лишь хорошим идеям. Именно об этом я хочу попросить каждого члена Дзогчен-общины по всему миру.

К примеру, здесь, в Дзамлинг Гаре, у нас много работы. Гар огромный. Большое число зданий нуждаются в ремонте и отделке. Эти работы относятся к красному сектору ганчи. Но красный сектор должен понимать, что существует два вида деятельности. Один из них связан с более масштабными работами, например, строительством домов и подобными проектами. Этими вопросами занимается Джованни Бони, который посвящает этому делу все свое время. Джованни, конечно же, сотрудничает с ганчи, а не делает все в одиночку. Поэтому в ганчи должны понимать, что Джованни Бони – главное лицо, отвечающее за эту работу. Но нужно не только строить дома: в гарах есть множество других направлений деятельности, относящихся к красному сектору.

Красный сектор и ганчи в целом, когда вы что-то делаете, прежде всего, выполняйте самое необходимое, без чего возникают проблемы. Не увлекайтесь фантазиями. Иногда люди приезжают сюда и говорят, что нам нужно сделать то и это. Мы можем это сделать, если у нас будут деньги. Если люди дают деньги и хотят что-то посоветовать и реализовать какой-либо проект, это только приветствуется. Но если нам нужно сделать что-то в Дзогчен-общине, то ганчи должен иметь четкое представление о сложившихся обстоятельствах. Если нужно сделать что-то непременно, то мы стараемся сделать это. Даже касательно больших зданий я всегда прошу Джованни Бони планировать работы, исходя из их необходимости. Когда у нас появится больше денег и больше возможностей, то мы, конечно же, сможем сделать больше, лучше и красивее.

В тибетском языке есть такая поговорка: мерить рост нужно с ног. Не нужно думать, что мы высокие и можем все. Следует понимать, в каком положении мы находимся. Во всем нужно руководствоваться этим принципом.

И здесь, и вообще нужно помнить одну очень важную вещь: в Дзогчен-общине у нас есть много возможностей и способностей. Так в одном лишь Дзамлинг Гаре есть много людей, которые могут преподавать Янтра-йогу, танцевать или проводить занятия по Кумар Кумари для детей в школах. Мы можем сделать очень много. Тенерифе – туристическое место. Если проехать по острову, то можно увидеть, как много здесь отелей и людей со всего света. А вот когда я был в Бирме, которая считается слаборазвитой страной, там было всего две-три гостиницы, но в каждой из них каждый вечер была представлена программа местных танцев. Сами сотрудники отеля не танцевали – они приглашали людей, которые занимались танцами. Нам, несомненно, нужно организовыв-



вать такие мероприятия и информировать людей и все отели о том, что у нас есть такая возможность. Если вам интересно, то вы можете воспользоваться этой возможностью и разослать эту информацию. Это лишь один пример. Члены нашей Дзогчен-общины обладают различными знаниями и способностями. Важно о них знать и использовать.

Как я уже сказал, лучше и важнее всего чувствовать, что мы одна большая семья. Члены Дзогчен-общины повсюду должны сотрудничать друг с другом и чувствовать себя в Общине как дома. Возьмем, к примеру, человека, который на протяжении многих лет посвящает себя Дзогчен-общине. Со временем этот человек состарится. Допустим, у него не будет ни работы, ни семьи. Что мы можем сделать для такого человека? Скажем, что вы делаете, когда в вашей семье стареет брат, сестра или тетя? Вы не можете оставаться равнодушными. Это и называется чувством семьи. По этой причине важно, чтобы каждый член Дзогчен-общины работал и жил таким образом. Мне кажется, это крайне важно.

Как-то я поехал в Швейцарию, где встретился с несколькими пожилыми людьми, ожидавшими своей смерти. Вся молодежь и другие члены семьи разъехались, и отношений между стариками и их детьми и другими родственниками особо не было. Я связался с некоторыми детьми этих пожилых людей. Они сказали мне, что столкнулись с проблемами и теперь хотят, чтобы их родители умерли, чтобы получить деньги в наследство. Это не очень хорошо. Даже находясь в одной семье, мы сталкиваемся с подобными ситуациями. Это недопустимо. Мы должны чувствовать себя одной семьей, сотрудничать между собой и уважать друг друга.

Из поколения в поколение тибетцы воспитывают правильное отношение друг к другу, поэтому молодежь в Тибете уважает старших. Помню, как у нас дома, когда мама или папа собирались сделать что-то по хозяйству, то мы, дети, обижались, если родители не просили нас что-то принести или сделать какую-то другую работу. А в западном мире так не принято. Я помню, как несколько лет назад остановился в римском пансионе, где также жили мальчики и девочки. Дети ничего не делали, всю работу выполняли их матери: они убирались и делали все остальное. В Тибете такого нет. Даже сегодня все как прежде: к старшим относятся очень уважительно. Такое отношение к старшим можно увидеть не только в Тибете, но и в Китае.

В Тибете есть такое выражение, совет от учителей: мы стараемся уважать старших и делать для них все, что в наших силах. Если кто-то слабее нас, то должно проявляться наше сострадание, мы не должны оставаться равнодушными. На самом деле это элемент практики присутствия и работы с обстоятельствами. Если возникает подобная ситуация, мы сохраняем присутствие и делаем все, что в наших силах.

Я испытываю огромное счастье, когда люди помнят об этом и поступают таким образом. Поэтому практикующим Дзогчен следует делать лучшее, на что они способны. Об этом я хотел рассказать людям не только в Дзамлинг Гар, но повсюду.

Большое спасибо. Делайте все, что в ваших силах.

## Эволюция – истинный смысл учения Дзогчен

Ежегодное общее собрание ганчи Дзамлинг Гар  
17 апреля 2015 года

*После кратких презентаций о состоянии дел в гарах Международной Дзогчен-общины Чогьял Намкай Норбу рассказал о международном сотрудничестве между гарами, эволюции и конфликтах внутри Общины.*

**М**и встретились не только для того, чтобы поговорить и попросить поддержать Дзамлинг Гар, но и для того, чтобы встретились представители всех гаров. Поэтому на этой встрече мы хотели услышать о ситуации в разных гарах. Мы услышали немного о ситуации в каждом гарае согласно нашей программе, которая была запланирована с 15:00 до 17:00, то есть на два часа. Но у представителей гаров было всего десять минут на презентацию. А что предполагалось делать в остальное время? Когда вы составляете программу, нужно продумать и согласовать время.

В любом случае, когда мы слушали [презентации гаров], было ясно, что некоторые гараы испытывают больше трудностей, а у других проблем меньше. Это нормальная ситуация человеческой жизни в самсаре. В самсаре не бывает так, чтобы все было одинаково хорошо. Мы знаем, что в некоторых местах, например, в Северном Ташигаре, очень много проблем. Нелегко даже поддерживать само существование гара, и иногда я перевожу им деньги на поддержание. Это очень важно понимать, мы не должны думать, что все гараы одинаковые.

Мы должны работать с обстоятельствами, это часть нашей практики. Помните, первое – это быть в состоянии созерцания, второе – быть в присутствии, затем – работать с обстоятельствами. Обстоятельства гаров таковы, что у некоторых есть проблемы, а у других нет. Поэтому не нужно думать, что все гараы должны посылать деньги, чтобы поддерживать гар здесь. Мы должны понимать, какова ситуация. Если у некоторых гаров нет больших проблем, но они не оказывают особой поддержки и не особо участвуют, то это другой вопрос. Это тоже нужно понимать. Конечно, если там есть проблема, то вместо того, чтобы они поддерживали нас, мы должны подумать, как поддержать их, [чтобы] они могли продолжать существовать и развиваться. Это называется сотрудничеством.

Сотрудничество не означает, что мы просто пассивно ожидаем что-то получить. Сотрудничество также означает быть активным. Будда сказал, что все взаимозависимо, поэтому иногда все может быть совершенно в одном месте, но несовершенно в другом. Нагарджуна сказал, что где есть тра-



шима (bkra shis ma), там есть и нанагма (sna nag ma). Такова ситуация в самсаре, поэтому мы должны быть в присутствии и делать все, что в наших силах.

Узнав о таких ситуациях, мы должны подумать, что мы можем для них сделать, действительно ли им нужно что-то для поддержания [гара], даже если они не могут особенно развиваться. Лично я жду, что когда-нибудь ситуация в Венесуэле нормализуется. Тогда я надеюсь поехать туда и продолжать там деятельность. Это пример. Я уже два года не могу поехать в Северный Ташигар или уже год в Южный Кунсангар.

Если я не еду в какое-то место, этому может быть две причины: первая – это то, что в этом месте есть проблема и обстоятельства не позволяют мне там что-либо делать. Это больше связано с ситуацией в стране и ее народом. Другая причина [по которой я не еду в какое-то место] заключается в том, что [в Общине] плохо идут дела и, вместо того, чтобы сотрудничать и развиваться, они разделились на две или три группы и воюют между собой. Когда я узнаю о таком, мне не хочется туда ехать. За все то время, что я даю учение, много раз было так, что я планировал программу и время ретрита, но перед отъездом получал информацию о конфликтах между разными группами в том месте. Тогда я отменял ретрит. Помню, что в первый раз я так сделал в Англии, потом дважды в Австрии и дважды в Сингапуре. Я сделал так же в Австралии. Почему? Потому что не было настоящего сотрудничества между людьми, люди действовали и развивались эгоистично, и, хотя у меня уже была подготовлена и опубликована программа, я отменял [ретрит], потому что не было никакой пользы. Это пример. Поэтому важно, чтобы мы знали, как сотрудничать между собой.

В учении Дзогчен мы говорим, что самое главное, чтобы люди, следующие учению, чувствовали себя свободными. Чувствовать себя свободным означает, что мы должны наблюдать за собой, чтобы обнаружить свои ограничения. Когда есть ограничения, то нет развития в отношениях между людьми, группами или народами. В этом корень всех человеческих проблем на этой земле. По этой причине я говорю, что учение Дзогчен очень важно, поскольку оно помогает понять, как можно эволюционировать.

Мы сами можем наблюдать эволюцию, когда замечаем свои ограничения, освобождаемся и что-то применяем. Это и есть эволюция. Эволюция не означает, что что-то происходит естественным образом. Например, летом если идут дожди и на улице тепло, мы можем выйти утром и увидеть много грибов. Но нельзя сказать, что это эволюция. Эволюция означает, что мы как индивиды наблюдаем за собой и обнаруживаем свои ограничения. Обнаруживая их, мы не следуем за ними, потому что хорошо знаем, что они не принесут нам ничего хорошего. Если я не ограничен и свободен от ограничений, у меня никогда не будет проблем с другим человеком, потому что я не совершаю действий. Даже если кто-то другой действует, мне все равно, и я не вовлекаюсь в это. Это основа эволюции и то, как мы ее развиваем.

Я говорил вам, что участвовал в разных конференциях, посвященных миру во всем мире. Все очень здорово: для нас

подготовлен прекрасный отель, там каждый день вкусная еда, и мы встречаемся со многими интересными людьми. Нет никаких личных проблем, и все прекрасно, и на встрече все говорят, что нам нужен мир. Мир – это хорошо, мы все это знаем. Затем мы несколько дней разговариваем о том, как хорошо жить в мире, но, когда уезжаем, что остается? Только то, что я приятно провел несколько дней, потому что все было так замечательно подготовлено. Но это не мир во всем мире.

Если нам нужен мир во всем мире, то это как раз то, что я объяснил в песне Дзамлинг Гара. Если мы действительно эволюционируем и интегрируем эволюцию в своем состоянии, то это принесет пользу не только нам: действительно наступит мир во всем мире. Мир не наступит просто от того, что мы о нем будем разговаривать. Иногда мы можем делать призывания, и это приносит некоторую пользу, но мы не можем верить, что наступит мир. Мы прекрасно знаем, что все существа, особенно люди, полны эгоистических идей. Если никто не пытается расслабить свое эго, откуда же взяться миру? Эволюция означает постепенно развивать и распространять это знание. Мы не можем заниматься рекламой и все менять. Это называется революцией. Эволюция развивается постепенно.

Помню, когда я приехал в Италию, у меня был только один небольшой чемодан. У меня не было ни дома, не было ничего, только этот маленький чемоданчик. Когда я работал вместе с профессором Туччи, проводя исследования, некоторые люди начали спрашивать меня о тибетском учении Дзогчен. Никто не знал, что такое Дзогчен. Только профессор Туччи дважды упомянул, что в тибетском традиционном учении существует Дзогчен. В частности, в традиции Ньингма есть течение Дзогчен, и он [спросил меня], что это [за учение]. Тогда я показал ему несколько книг, в которых объяснялись основа, путь и плод Дзогчена. Он прочитал их, но все равно не понял, что такое Дзогчен.

Когда я приехал в Европу, то все постепенно стало развиваться, не только благодаря тому, что делал я. Были и другие учителя – Дуджом Ринпоче, Дилго Кьенце Ринпоче и т.д., которые давали учение Дзогчен, – и мало-помалу люди начали понимать, что есть такое учение, которое называется Дзогчен и является сущностью многих разных учений. В традиции Ньингма также есть разные учения, но сущностью их является учение Дзогчен. Тогда люди стали узнавать об этом, и их интерес развивался.

Многие годы я старался передавать учение Дзогчен и провел много разных ретритов. Если посчитать только ретриты, без лекций, то со времени первого ретрита я провел 535 ретритов. Видите, как много ретритов я провел. Конечно, не только я: многие другие учителя сейчас дают учение, и многие люди знают об учении Дзогчен и развивают его во всем мире. Это называется эволюцией. Тогда у меня был только маленький чемоданчик, и ничего этого не было.

Сейчас на дворе 2015 год. Я приехал в Италию в 1960-м. С того времени знание учения Дзогчен развилось. Если люди

>> продолжение на следующей странице



# Меригар – пример для развития всех гаров

## Ежегодное общее собрание в Дзамлинг Гаре

Утром 19 апреля 2015 года прошли воркшопы по трем ключевым направлениям: развитие медицинской программы в Дзамлинг Гаре, коммуникация и способы эффективной организации Общины, которыми можно поделиться со всеми гарами и лингами, а также презентация плодов деятельности нашей Общины на Тенерифе. По завершению воркшопов три группы представили результаты своей работы Чогьялу Намкаю Норбу, который сделал следующие комментарии.

Я хочу сказать некоторые основополагающие вещи. Мы – Дзогчен-община. Дзогчен-община – это организация, которая связана с Учением. Мы должны проверять, чтобы все, что мы собираемся делать не только в Дзамлинг Гаре, но и везде, соответствовало смыслу Учения. Мы никогда не должны развиваться как обычная общественная организация, поскольку это бесполезно. В наших условиях существует бесчисленное количество подобных организаций. Нет необходимости создавать что-то [похожее] и идти на какие-либо жертвы. Мы знаем этот принцип и применяем его.

>> продолжение с предыдущей страницы

начинают понимать, в чем истинный смысл учения Дзогчен, то это эволюция. Вот почему я говорю об эволюции. Мы должны понимать, что важно поддерживать это и развиваться таким образом. Это самое главное. Сейчас во многих местах есть гары и линги, связанные с моим учением. Если после того как мы послушали [доклады гаров], выяснилось, что некоторые гары или линги испытывают трудности в связи с социальной или политической ситуацией, нам нужно как-то сотрудничать и делать все, что в наших силах, чтобы преодолеть эти проблемы, если мы можем что-нибудь сделать.

В других местах вместо развития есть конфликты между практикующими и членами ганчи. Там, где есть такая проблема, наблюдайте, пожалуйста, немного за вашим эго, если вы действительно заинтересованы в том, чтобы следовать учению Дзогчен. Если вы этого не делаете, то постарайтесь забыть о Дзогчене, и тогда не будет проблемы. Если вы состоите в ганчи и в Дзогчен-общине и только развиваете свое эго, то гораздо лучше, если вы прекратите [свое участие]. Это не только лучше, но я прошу вас, чтобы вы прекратили. Я хочу, чтобы участвовали только люди, которые заинтересованы и преданы учению. Жизнь коротка, и у нас нет времени на игры с эго. Я, например, не хочу играть. Поэтому я хочу попросить об этом всех, кто взаимосвязан на этой земле. Спасибо большое.

Я очень часто повторяю слова Шантидэвы, почитаемого учителя Сутры Махаяны. Он сказал:

དམ་པ་ཁས་འཛེ་མང་པོ་མི་བྱེད་ཅིང་། གཤམ་ཏེ་དཀའ་བའི་ཁས་ནི་སྤངས་གྱུར་ན།  
 རྫོ་ལ་རི་མོ་བྲིས་པ་ཇི་བཞིན་དུ། ཤི་ཡང་གཞན་དུ་འདོར་བར་མི་འགྱུར་རོ།

dam pa khas 'che mang po mi byed cing / gal te dka' ba'i khas ni blangs gyur na / rdo la ri mo bris pa ji bzhin du / shi yang gzhan du 'dor bar mi 'gyur ro /

དམ་པ་ dam pa означает того, у кого есть знание, понимание этого принципа Учения.

ཁས་འཛེ་མང་པོ་མི་བྱེད་ khas 'che mang po mi byed означает, что мы говорим только о разных проблемах, а не о том, что мы собираемся что-либо сделать.

གཤམ་ཏེ་དཀའ་བའི་ཁས་ནི་སྤངས་གྱུར་ན་ gal te dka' ba'i khas ni blangs gyur na означает, что если мы говорим, что решили сделать что-то, это должно быть так, словно мы высекли эти слова на камне. (རྫོ་ལ་རི་མོ་བྲིས་པ་ཇི་བཞིན་དུ་ rdo la ri mo bris pa ji bzhin du). Если мы высечем что-нибудь на камне сегодня, это останется на долгие годы. Это не исчезнет.

ཤི་ཡང་གཞན་དུ་འདོར་བར་མི་འགྱུར་རོ་ shi yang gzhan du 'dor bar mi 'gyur ro означает, что даже если это будет стоить нам жизни, мы никогда не отречемся от этого.

Вот так ведут себя бодхисаттвы. И это согласуется с основным принципом Учения. Если кто-нибудь попросит меня что-то сделать, я подумаю, смогу я это сделать или нет. Если смогу, то я соглашаюсь. Если я соглашаюсь, то даже ценой своей жизни я это сделаю. Я никогда не откажусь от данного обещания. До сегодняшнего дня я всегда придерживался этого [принципа], и многие из моих учеников об этом знают. Вот так нам следует поступать.

Иногда люди не думают и слишком много говорят. Когда вы говорите без знания основы, это называется фантазией. Фантазия нам не поможет. Нам нужно что-то конкретное. В Тибете, когда мы строим планы или что-то подобное, говорят: «мерить рост нужно от самых пяток». Вот почему я всегда говорю, что надо работать с обстоятельствами, с теми возможностями, которые у нас есть. Конечно, в тот момент мы должны быть в присутствии и быть готовы применять их на практике. Это называется обстоятельствами. А когда нет обстоятельств и мы только думаем и говорим, это фантазия. Это очень важно.

[Ранее] Мэтт Шмуклер рассказал о тибетской медицине. Конечно, на протяжении многих лет мы размышляли о том, как она важна. Хотя тибетскую медицину не изучали раньше, мы начали изучать ее в Меригаре, а позже переехали в США. Вначале у нас было много проблем и сложностей, и я был уже близок к тому, чтобы бросить эту затею. Но там была доктор Пунцог Вангмо, и постепенно все заработало и стало развиваться. Позже мы организовали программу по тибетской медицине в Москве. Но это дается нам совсем не легко: мы делаем все с большими жертвами.

В частности, я также очень усердно работаю, для того чтобы тибетская медицина получила признание на Западе, а не



только, чтобы ее изучали. Вы можете спросить Паоло Роберти ди Сарсину из Болоньи: он очень хорошо знает, как усердно я работаю. Конечно, я очень хочу развивать тибетскую медицину в Дзамлинг Гар. Но недостаточно только думать об этом, нужно применять. Нам нужна конкретная основа. Я также говорил доктору Пунцог, которая здесь была и которой очень понравился Тенерифе, что мы будем постепенно пытаться организовывать обучение тибетской медицине здесь, в Дзамлинг Гар. В связи с этим я поговорил с Джованни Бони [и сказал ему], что нам необходим один из домов, для того чтобы создать такую базу. У нас уже были все эти идеи. Это не что-то новое. Поэтому важно работать и придерживаться нашей программы и наших намерений.

Ана Санчес рассказала о том, что мы делаем для создания отношений с местным населением и т.д. Международные гары не отвечают за программу Дзамлинг Гар. Если они хотят знать, что происходит в Дзамлинг Гар, они, конечно, получают всю информацию. Если Дзамлинг Гар делает что-то неправильно и они не согласны, если есть какие-то проблемы и у них есть хорошие идеи, то они могут сообщить об этом в Дзамлинг Гар. Но мы не просим все международные гары составлять программу Дзамлинг Гар.

Когда мы говорим о взаимоотношениях с местными организациями, о том, как мы развиваем Янтра-йогу и т.д., это касается не только Дзамлинг Гар, но и всех гаров и лингов. Ведь вы живете в стране, где есть местное население. То, что мы делаем в Дзамлинг Гар и в течение долгих лет делали в Меригаре, может послужить для вас хорошим примером. Если вы будете работать таким образом, это принесет больше пользы, чем планирование того, что мы должны делать в Дзамлинг Гар.

Очень важно понимать, как работать конкретным образом, иначе все остается только на уровне слов. Я не очень люблю слушать одни слова. Мне очень нравится, когда человек действительно прилагает усилия и делает что-то конкретное. Тогда я очень счастлив. Вот почему я прошу людей во всех гаргах и лингах стараться поступать таким образом.

Вспомните о Западном Меригаре. Вчера мы не смогли с ними связаться, а сегодня это получилось. Меригар – это первый гар, который мы построили, и в прошлом, находясь в Италии, я провел там много времени. По этой причине Меригар развивался во многих направлениях. Это произошло не только благодаря заслугам практикующих из Меригара: многие люди пошли на большие жертвы. Мои старые ученики очень хорошо помнят, как мы вскапывали землю и работали и так получился Меригар. Поэтому Меригар стал хорошим примером того, как могут развиваться все гары. На сегодняшний день у Меригара можно многому поучиться, в том числе, и Дзамлинг Гару. В Дзамлинг Гар у нас нет многого из того, что мы организовали и создали в Меригаре. Это пример. Меригар стал важным для нас.

Очень важно, чтобы в любом гаре или линге Международной Дзогчен-общины мы действительно чувствовали себя членами одной семьи. Практикующие в линге не должны думать, что гар – это какая-то организация при деньгах и

что им надо брать у гара деньги на свои проекты. Я никогда не пытаюсь брать деньги у гаров. День за днем я стараюсь вложить деньги в гары для развития их возможностей. До самой своей смерти я буду относиться к Дзогчен-общине как к своему дому, своей семье, вот почему я так поступаю. Поэтому важно, чтобы вы старались поступать так же, и тогда Дзамлинг Гар и Дзогчен-община повсюду смогут постепенно развиваться.

Вы видите, как много нам предстоит здесь сделать. В то же самое время не нужно бояться такой сложной ситуации. Мы живем во времени. Время связано с обстоятельствами. Мы очень хорошо знаем, что нельзя все сделать за день или два. Но если у нас есть такое желание, мы можем достичь успеха во всем.

Мы начинали так же и в Меригаре. Вначале, когда мы искали место для Дзогчен-общины, у нас было только 30 миллионов лир. Я попросил людей подыскать какое-нибудь место и сам тоже потратил на поиски несколько недель. Я сказал людям, что если найдется место стоимостью не больше 30 миллионов, мы постараемся его купить, но мы не могли найти ничего подходящего. В конце концов, перед моей поездкой в Китай и Тибет мы нашли то место, где сейчас находится Меригар.

Увидев это место, я понял, что оно нам подходит, но оно стоило не 30 миллионов, а 120 или 130. Тогда я решил, что мы должны купить этот участок. Как можно этого желать и принять такое решение? Вот об этом я и говорю: если у нас действительно есть уверенность и желание что-то сделать, то всегда есть возможность. Почему бы нет? Мы дали им только 10 миллионов лир, а затем я уехал в Тибет. Когда я вернулся, мы провели ретрит на Сардинии, и я объявил, что у нас есть земля. Тогда всем пришлось приложить усилия, чтобы собрать эти деньги. Конечно, мы не могли сотворить чудо и получить всю сумму за один день, тем не менее, в течение нескольких лет нам удалось не только купить эту землю, но и построить все заново. Это пример.

Два года назад, когда мы искали здесь участок, кто-то показал мне фотографию этого места, где сейчас находится Дзамлинг Гар. Я подумал, что для нас это идеальный вариант. Тогда я сосредоточился на нем, потому что оно мне понравилось и показалось подходящим для всей нашей Дзогчен-общины. Но, несмотря на то, что я назвал это место очень хорошим и попросил людей разузнать, кому оно принадлежит, большинство из них не стали этим заниматься, поскольку, по их мнению, оно было слишком большим, слишком трудоемким. Они искали кое-что поменьше. Мне показали 6 или 7 фотографий различных мест, но я их не одобрил. В конце концов, я сказал им, что если они хотят что-то сделать, то подходящим является только то место, иначе можно забыть об этом проекте и не заниматься им. Тогда, наконец, они навели справки, и мы получили это место. Это еще один пример.

Мы должны понимать, как поступать в соответствии с нашими обстоятельствами и условиями. Делайте лучшее, на что способны, чтобы сотрудничать. Это самое важное.

# Развитие Дзамлинг Гара

## Текущая ситуация

Джованни Бони, 26 мая 2015 года

Ранее в мае 2015 года мы представили нашу предварительную программу развития Дзамлинг Гара Чогьялу Намкаю Норбу и Международной Дзогчен-общине, следуя пожеланию Ринпоче запустить проект по строительству гонпы в кратчайшие сроки. Для строительства гонпы нам необходимо создать конструкцию, объединяющую две уже возведенные части. В этой статье для «Зеркала» я бы хотел остановиться на основных моментах той презентации.

### Обзор проекта в целом Дома

Прежде всего мы перечислили предстоящие работы, а также расчетные сроки их выполнения. Работы по строительству домов в гара будут производиться в следующем порядке: строительство дома №5 (Цегьялгар), дома №6 (Самтенгар), дома №10 (Меригар) и дома №11 (Кунсангар) планируется завершить к концу 2015 года. Работы по возведению дома №12 (Ташигар) и дома №13 (Намгьялгар) будут выполнены к концу 2016 года. Таким образом, последние работы по строительству домов будут закончены к концу 2016 года, но хронологический порядок может быть изменен.

Дома №8 и №9 должны быть построены к концу 2015 года раньше остальных. Дом №8 предназначен для врачей, поэтому программу курсов и конференций Международного Медицинского Института Шанг Шунг можно будет запустить в ближайшее время. Дом №9 будет построен для тех людей, которые посвятили свою жизнь Общине и в настоящее время испытывают проблемы со здоровьем или находятся в трудном материальном положении.

Дома №7 и №3 входят в четвертую фазу проекта, в ходе которой также будет построена гонпа и медицинский центр. Эти дома будут построены в последнюю очередь. Дом №7 будет предназначен для всех организаций Общи-



План дома: нижний этаж

ны, например, фонда ASIA, Института Шанг Шунг и т.д. Дом №3, возможно, будет использован для ресторана или кафе, так как он находится ближе всего к шатру и бассейну.

### Гонпа и центр

К концу этого года мы также планируем подготовить детальный проект строительства гонпы и центра. Так как в настоящее время детального проекта нет, рассчитать расходы сложно. Определенные суммы упоминались, но их нужно будет проверить, когда будет подготовлен окончательный проект.

Как ожидается, гонпа будет готова к использованию в конце 2017 года. По проекту конструкция гонпы будет возведена к концу 2016 года. После этого будут проводиться работы по подключению гонпы к системам водоснабжения, электричества и пр., а также отделка. Таким образом, гонпу можно будет использовать с середины 2017 года, а к концу 2017 года планируется получить все разрешения на использование здания. Под гонпой я имею в виду центральную часть здания.

После этого мы займемся выполнением остальных работ по строительству и обустройству центральной части, включающей бальнеологический комплекс, административные офисы, залы для занятий йогой, кафетерий, террасы и детскую комнату. Все эти работы будут производиться позднее в период с 2018 года по 2020 год.

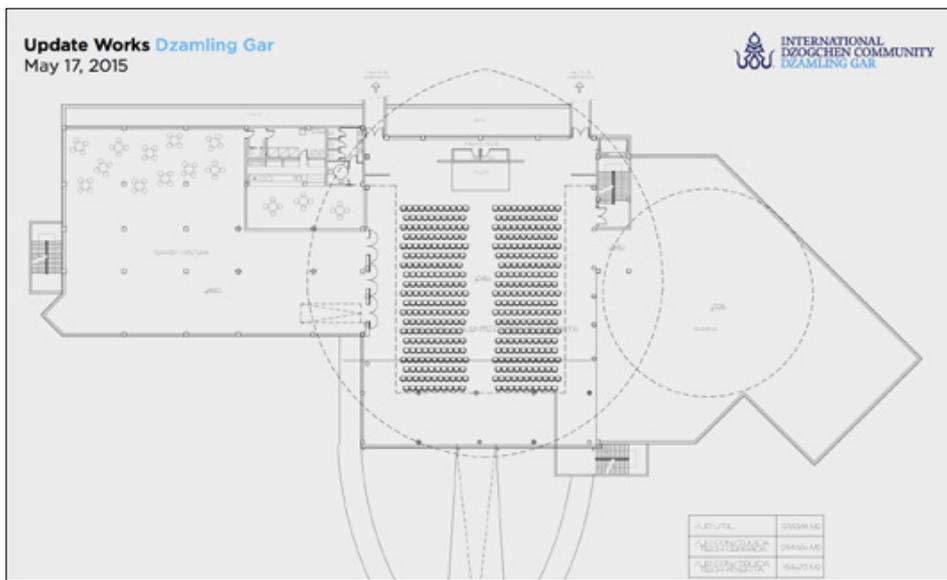
Иногда люди спрашивают Ринпоче, когда будет завершен проект, на что тот всегда отвечает: «Когда будет до-

статочно денег». Сейчас важно понимать, как все происходит, и привлекать денежные средства, так как нам потребуется много денег. Мы пока не знаем точную сумму. Уже достаточно долгое время Ринпоче днем и ночью работает над созданием украшений «Творения эволюции». В рамках этой кампании было собрано почти полмиллиона евро. В разделе «Проекты» (Project Development) на сайте Дзамлинг Гара можно посмотреть, сколько пожертвований было сделано в пользу гара. Однако надо учитывать, что на этой веб-странице указана неверная стоимость гонпы. Расходы на строительство гонпы составляют около 1,5 млн. евро. Сумма, указанная на сайте, включает в себя стоимость строительства гонпы и центральной части вместе взятых.

### Более подробная информация Дома

Мы также подготовили более детальный график с указанием понедельного объема работ по каждому дому и их расчетной стоимости. Если удастся работать с опережением, то внутренняя отделка дома Меригара (10) начнется к середине июля, дома Кунсангара (11) – к концу августа, дома Ташигара (12) и Самтенгара (6) – в начале сентября, Цегьялгара (5) – в начале октября, а Намгьялгара – в начале декабря 2015 года.

Несмотря на то, что некоторые дома будут построены раньше других, заселение во все дома начнется одновременно, так как данная фаза проекта подразумевает единое разрешение на использование и заселение этих домов.



Возможный план гонпы на верхнем этаже центра.

В связи с этим по текущему графику выполнения работ использовать дома можно будет, скорее всего, не раньше конца февраля 2016 года. Чтобы уложиться в этот график, нам нужно будет привлечь достаточно средств. В противном случае эксплуатацию домов придется отложить на более поздний срок. Таким образом, привлечение средств имеет огромное значение. С другой стороны, если нам удастся собрать достаточную сумму, то работы можно будет закончить раньше, и тогда заселение в дома начнется уже в конце 2015 года.

Некоторым гарам, например Намгьялгару, по разным причинам с трудом удается собирать деньги на строительство своих домов. В этом случае помощь будут оказывать другие гары. Такой выход из положения предложил Учитель на ежегодном общем собрании Дзамлинг Гара [17 апреля 2015 года, опубликовано в этом номере «Зеркала»].

### Общие вопросы

Под детальным планом работ по строительству домов есть график и смета более общих работ, таких как, например, лифт в доме Ринпоче, благоустройство территории, тротуары, алюминиевые окна, деревянные трельяжи, зона для мусора, электрогенератор, маленький бассейн на террасе Ринпоче, обслуживание бассейна, освещение вокруг шатра, гидроизоляция нескольких террас. В общем плане отражена стоимость этих работ в разбивке по месяцам. Также следует учитывать общие расходы, к

которым относятся не только затраты на персонал, разрешения, обслуживание, налоги, но и платежи по земельной ипотеке, которую мы оформили, чтобы начать работы.

### Планы объектов

#### Дома

Здесь представлен план четырех квартир на первом этаже одного из домов. Мы увеличили площадь спальни, немного уменьшили размер зала с небольшой кухней. В квартире также есть ванная комната и терраса. Двери и окна оснащены наружными жалюзи, которые можно закрывать для защиты от солнца.

На верхнем этаже будет одна квартира с двумя спальнями. Она предназначена для общего пользования. В ней, возможно, будет жить управляющий домом. Кухня будет общей, а одна из спален (возможно, самая большая) может использоваться в качестве офиса. В будущем эту квартиру можно будет разбить на две, накрыв веранду.

#### Гонпа и центр

Первый план – это план нижнего этажа, на котором будет расположена административная зона. Справа от нее будет склад, а слева – гараж и резервуар для воды.

На втором плане изображен верхний этаж. В центральной части под гонпой будет четыре комнаты с тремя кроватями в каждой. Также там будет расположено еще четыре одноместных комнаты с удобствами для людей с ограниченными возможностями. Во всех этих

комнатах будут сделаны террасы или балкон с видом на море.

Слева будет находиться медицинский центр с массажными кушетками, бальнеологическим комплексом и приемной врачей. С южной стороны будет два больших помещения для магазинов. Над резервуаром для воды есть терраса, на которой можно будет организовать кафе.

Справа расположены три комнаты с большими кругами, которые отражают размеры мандалы для Танца Ваджры, так что вы можете представить себе размер этих залов. Здесь будут проходить занятия по йоге и другие мероприятия.

Гонпа находится на верхнем этаже в центральной части плана. На схеме это зона со стульями. Это промежуточный уровень: он немного ниже дороги, которая проходит за зданием. Сюда можно будет попасть прямо с дороги. В то же время этот уровень находится несколько выше дорожек, которые ведут от домов. В будущем нужно будет насыпать сюда больше земли.

В гонпу можно будет подняться по двум лестницам (с парадного и заднего входа), а также на лифте. На уровне гонпы будут построены две террасы с навесами с каждой стороны. В тени под этими навесами люди смогут слушать учения на открытом воздухе, если сама гонпа будет переполнена.

В настоящее время у нас есть план и смета затрат на строительство крыши из деревянных стропил. Этот план и смета подготовлены компанией Holzbau, которая возводила крышу гонпы Западного Меригара. Однако до принятия окончательного решения о строительстве крыши Ринпоче попросил предоставить и другие возможные варианты. Поэтому имеющийся у нас план – это не окончательный вариант, а лишь одно из возможных решений.

**Джованни Бони bonig1950@gmail.com**

**Актуальная информация о ходе реализации проекта представлена в разделе «Проекты» (Project Development) на веб-сайте Дзамлинг Гара. Там же можно сделать пожертвование для скорейшего завершения работ.**

[http://www.projects.dzamlinggar.net/component/jse\\_donation/?view=category&id=55:development](http://www.projects.dzamlinggar.net/component/jse_donation/?view=category&id=55:development)

Джон Винсент  
Беллецца

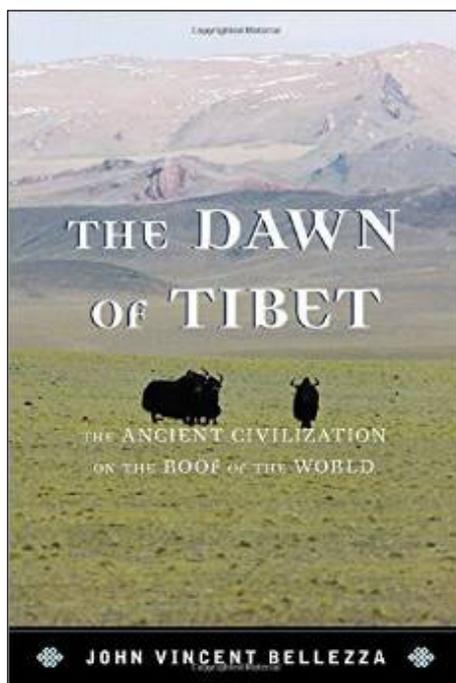
## Рассвет Тибета: древняя цивилизация на Крыше Мира

Изд-во Rowman & Littlefield,  
2014 год, 360 страниц

Энди Лукьянович

Эта удивительная книга, как утверждает автор, – плод путешествия длиной в 25 лет и сотню тысяч миль», бескорыстный труд. В первой главе под названием «Открытие первой цивилизации Тибета» он описывает, что еще и года не прошло с тех пор, как «Джон из джунглей» осуществил свою экспедицию в Шанг-Шунг. Он следовал, в основном, текстам Юндрунг Бона и устной информации, тщательно собранной у Чогьяла Намкая Норбу и Лопона Тензина Намдака, известного ученого традиции Бон, и других ученых монахов, в основном, бонпо. Его труд – это исследование истории Шанг-Шунга, которая насчитывает более 3000 лет, тщательное сравнение литературного и археологического материала, большая часть которого найдена в трехтомнике Чогьяла Намкая Норбу «Свет Кайлаша», которому автор в 4-ой главе выражает свое почтение за «впечатляющую традиционно-историческую перспективу».

Первая глава представляет обзор исследований Шанг-Шунга (и, в целом, Тибета) сделанных в прошлом западными и китайскими учеными, а также детальное описание собственных исследований Беллеццы. Вторая глава посвящена Чантангу, местности в верхнем Тибете, занимающей 300 000 квадратных миль земли (общая площадь Франции, Австрии и Швейцарии), его озерам и дикой жизни. В третьей главе описывается образ жизни Дрокпа, «скитальцев тибетского нагорья». Вторжение денежного хозяйства, ограничение земель и принудительная поселение, скорее всего, приведут к исчезновению их кочевого образа жизни, который описывается в книге с любовью и в деталях, включая



традиции и обряды (здесь автор также ссылается на книгу Чогьяла Намкая Норбу «Путешествие среди тибетских кочевников»). Четвертая глава исследует религиозные писания Шанг-Шунга, пришедшие из литературы Вечного (Юндрунг) Бона, которые датируются 1200 годом до н.э., вплоть до настоящего времени.

В книге приводится обширное обсуждение по вопросу происхождения языка Шанг-Шунга (здесь автор также ссылается на исследования Чогьяла Намкая Норбу, содержащиеся в его исторических работах), а также исследование китайских источников и местных источников Дрокпа. Также дано длинное описание нисхождения королевской династии Шанг-Шунга из рая, включая дискуссии о королевских замках. Также обсуждается альтернативная интерпретация передачи власти в Шанг-Шунге из источников Юндрунг Бона, которую предлагает Лопон Тензин Намдак.

В пятой главе, по большей части, описываются эпиграфические и археологические свидетельства, «камни времени», а также исследуются исторические, геологические и экономические силы, которые отразились на развитии цивилизации Шанг-Шунга. Беллецца описывает «обитатели отшельников и храмы богов», населенные традиционалистами, которые участвуют в ежедневной жизни общины, иллюстрируя их фотография-

ми, отрывками из ритуалов и устными сказаниями.

В шестой главе детально описываются похоронные ритуалы Шанг-Шунга. Автор выражает глубокое сожаление по поводу того, что за последние полвека могилы были разграблены из-за недостатка эффективных мер по их защите со стороны Китая. В седьмой главе дается богатое и подробное описание художественных ценностей Шанг-Шунга: наскальных рисунков и резьбы, символики и антропоморфных изображений животных. Далее обсуждается связь между доисторической эпохой и историей, записанной в местах поклонения и в резных наскальных орнаментах. Восьмая глава описывает религии Шанг-Шунга, вкратце рассказывается об Орле, Небесном Отце, и Змее, Матери-Земле, дается детальное историческое и мифологическое описание происхождения Вечного Бона, а также его тайных учений. Рассказывается, как распространилась религия Шанг-Шунга в центральном Тибете, с подробным описанием Гекода, самого важного божества Шанг-Шунга, и Тонпа Шенраба, а также о погребальных традициях. Девятая глава резюмирует описание культурной жизни Шанг-Шунга, и автор сообщает о постепенном сокращении связи между людьми и духами земли и о «необыкновенных подвигах выдающихся личностей Шанг-Шунга», его древних воинов и святых. В десятой главе обсуждается современный Тибет, и в завершении говорится о том, что до наших дней продолжается поиск благополучия, который возглавляют «нынешние шаманы, наследники адептов Шанг-Шунга».

Стоит отметить, что эта книга хотя и наполнена всяческими тщательными и почти научными исследованиями, тем не менее, написана очень увлекательно благодаря описаниям легенд и артефактов, а также исчезающего образа жизни кочевников. Я очень рекомендую эту книгу всем тем, кто заинтересован в современной истории Шанг-Шунга и ее сохранении в Тибете, Боне и буддизме, социокультурной антропологии и истории центральной Азии в целом. ○



# В фокусе – Цегьялгар



## Восточный Цегьялгар – «Победоносная вершина чистого и всеобъемлющего присутствия»

Наоми Зейтц

Цегьялгар, гар Северной Америки и второй международный гар после Меригара, был создан и назван Чогьялом Намкаем Норбу в 1983 году в Конвее, штат Массачусетс, США. Окончательное юридическое оформление гар получил 29 августа 1983 года. С тех пор гар восточного побережья известен как Восточный Цегьялгар. По желанию Чогьяла Намкая Норбу после событий 1987 года, прервавших начинания в Северной Калифорнии, в 2003 году Западный Цегьялгар был перенесен в более теплый климат – в солнечную Баху Калифорнию, Мексика. (см. статью «Зарождение калифорнийской Дзогчен-общины и Кьонгдингара»).

Восточный Цегьялгар прошел множество воплощений и по-прежнему продолжает развиваться и эволюционировать.

Дзогчен-община появилась в Доме учения Гурджиевской общины в Конвее, Массачусетс, в 1982 году. Там было около сорока активных учеников Пола Андерсона, некоторые из которых затем продолжили учиться у Чогьяла Намкая Норбу. Группа была полна вдохновения и преданности. Посколь-



Общинный дом.

Фото: Ефрем Мардер.

ку многие из первых практикующих работали строителями, они смогли спроектировать и построить первый в международной Общине домик для темного ретрита, который был закончен в 1985 году (см. статью «Зарождение Восточного Цегьялгара»).

Дзогчен-община Северной Америки начала расти и пе-

реросла Дом учения, поскольку стала знаменитой в Конвее. В 1987 году были куплены сто шестьдесят два акра земли поблизости от Бакленда, ставшие Кхандролингом, «священной землей дакини» (см. статью «Покупка Кхандролинга»). Кхандролинг – это священное место, где Ринпоче впервые начал получать во снах терма Танца Ваджры, нарисовал первую мандалу Танца Ваджры и где теперь находится единственная в международной Дзогчен-общине мандала вселенной, расположенная в Зале Мандалы на холме над Кхандролингом (см. интервью «Зал Мандалы Восточного Цегьялгара»).

Также здесь располагается ретритный домик Чогьяла Намкая Норбу, домик охранителей, Ступа, домик для

>> продолжение на следующей странице





Домик Ринпоче.

Фото: П. Бэрри.



Домик Ринпоче.

Фото: П. Бэрри.



Домик охранителей.

Фото: П. Бэрри

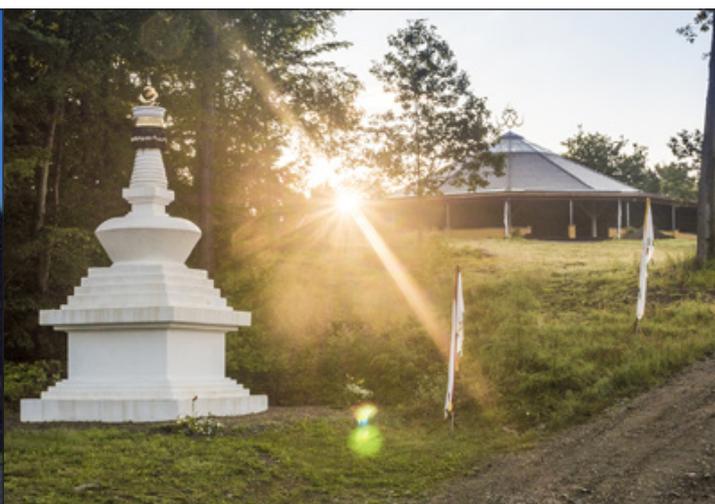
>> продолжение с предыдущей страницы  
ретритов по практике Мандаравы, домик для ретритов по практике тогел, маленький домик и кухня возле пруда, а также баня с туалетами, душами и, хотите верить, хотите нет, настоящей ванной!

uploads/2014/05/The-Mirror-29-January-February-1995.pdf, стр. 12), фонд ASIA, газета The Mirror, библиотека, офис американской Дзогчен-общины и книжный магазин Издательства Шанг Шунг. Старинное здание также стало домом для Школы тибетской меди-

леустремленности и умениям местных членов Общины и строителей отремонтировала старый фермерский дом Пайка и сделала из него прекрасный дом для Ринпоче и его семьи. В последнюю пару лет некоторые люди начали возделывать землю, сажая овощи, хмель,



Школа



Зал Мандалы и Ступа.

Фото: Ханс Хансен

Вскоре после нескольких неприятных столкновений с соседями из-за масштаба ретритов и затрудненного проезда по дороге в Кхандролинг Общине пришлось подыскать место, более подходящее для крупных ретритов и постоянных мероприятий. В 1993 году была куплена старая конвейская средняя школа (старше ста лет, что для здания в США довольно много) (см. <http://melong.com/wp-content/uploads/2014/05/The-Mirror-22-July-August-1993.pdf>). По сей день в школе находится гомпа с двумя нарисованными на полу мандалами, общезнание, Институт Шанг Шунг, который был официально учрежден 12 октября 1994 года (см. <http://melong.com/wp-content/>

цины Института Шанг Шунг в США, которой руководит доктор Пунцог Вангмо. В этом году Школа отмечает свой десятилетний юбилей (см. статью «Рождение ИШШ США»).

В 2004 году Цегьялгару удалось купить у землевладельца и фермера Ларри Пайка участок в Бакленде, примыкающий к Верхнему Кхандролингу, который получил название Нижний Кхандролинг (см. статью «Приобретение Нижнего Кхандролинга»). Эта земля дала гару прямой доступ к Верхнему Кхандролингу, что значительно облегчило ситуацию с соседями и позволило более свободно проезжать к Верхнему Кхандролингу. В 2009-2010 годах Община снова благодаря щедрости, це-

фруктовые деревья, клубнику и зелень. Прошлым летом было высажено много черники и малины, не требующих особого ухода, в надежде создать бизнес по типу «собери сам», что могло бы в будущем приносить Общине прибыль.

С годами Восточный Цегьялгар развивался и вырос от Дома учения в Конвее до Верхнего и Нижнего Кхандролинга в Бакленде, а потом снова вернулся в Конвей, в старую конвейскую среднюю школу. Отражая истинно американский дух, Восточный Цегьялгар стал во многом «первым»: первым гаром Северной Америки, где появился первый домик для темных ретритов, первый домик охранителей, первая нарисованная мандала для Танца Ваджры и первая и



Домик для практики Мандаравы. Фото: П. Бэрри



Домик для практики тогел. Фото: П. Бэрри



Ретрит по Таре с Юен Намкай в гаре.

## Как начинался Восточный Цегьялгар (Конвей, штат Массачусетс), 1982 год

Оригинальный текст – Барбара Папараццо, «Зеркало» №2, апрель 1990 г.

Подбор выдержек и редакция – Наоми Зейтц

**Н**ас было двенадцать, когда жарким июльским днем 1970 года мы в первый раз постучались в двери Пола и Наоми Андерсонов в Бруклине, Нью-Йорк, в поисках учителя. Пол Андерсон и его жена были прямыми учениками русского духовного учителя Гурджиева. Когда мы вошли в двери дома Андерсонов, это стало началом долгого

путешествия, которое, в конце концов, в 1974 году привело нас к дому в Конвее, Массачусетс, и позже к встречам со многими разными ламами, среди которых был Чогьял Намкай Норбу. Двенадцать лет мы следовали «мистеру А», и наша группа насчитывала сорок человек. Каждый выходные мы работали в конвейском доме, гребли, копали, красили, выбрасывали мусор, сидели с детьми, сажали растения, выполняли движения Гурджиева, готовили еду, и т.д.

Так прошло много лет. У нас рождались дети, мы учились в колледже, работали, разорялись или избегали убытков и постепенно выросли. Затем в 1981 году у мистера А случился инсульт, а в 1982-ом – второй. К счастью, перед вторым инсультом мистеру А попала в руки транскрипция одного из ретритов Чогьяла Намкая Норбу, и он пригласил Ринпоче приехать в Конвей. Когда в июле 1982 года Ринпоче приехал, наша группа переживала кризис. Мы привыкли жить в атмосфере очень

строгих правил и дисциплины и существовали в своего рода изоляции. А тут приехал Ринпоче в сопровождении многих учеников, давал учение Дзогчен, кушал вместе с нами, разговаривал с нами, делал с нами по вечерам



Домик для практики Мандаравы. Фото: Пола Бэрри.

Чод с дамару и колокольчиком, играл в баскетбол с детьми и во всех отношениях вел себя за пределами ограничений. Для многих из нас, если не для всех, это было как раз то, чего мы ждали, хотя и не знали, что такое существует. В 1983 году мистер Андерсон умер в окружении своих учеников.

Мы сформировали наше первое ганчи в 1983 году и медленно учились сотрудничать и совместно работать без того, чтобы кто-то руководил каждым нашим шагом. Было важно научиться сотрудничать и работать самостоятельно, потому что в июле 1984 года нас ожидала церемония освящения домика для темных ретритов с Ринпоче. Весь следующий год мы работали, пытаюсь построить то, что прежде никогда не существовало на Западе, и для этого нам нужно было решить много сложных вопросов. Все в Общине знают, что позже, в июле 1985 года, мы провели свои первые темные ретриты, и домик работал, как было задумано!

>> продолжение с предыдущей страницы  
единственная мандала вселенной. Также в конвейской школе размещается первая и единственная четырехлетняя Школа тибетской медицины в Северной Америке.

В Восточном Цегьялгаре было получено много учений. Здесь проводятся разнообразные ретриты, практики и мероприятия по Янтра-йоге, Танцу Ваджры, Санти Маха Сангхе, танцам Кайта, а также ганапуджи, момо-вечеринки, празднование Лосара, «Ночь плохого кино», и так далее. Зимой активность несколько снижается, но намерение присутствует всегда, даже если дороги этому противятся.

У восточного гара Северной Америки огромный потенциал, поскольку в нем постоянно идет процесс наблюдения за собой и самосовершенствования. Земля и здания Общины Восточного Цегьялгара служат поддержанию драгоценных учений Дзогчен. Жизненно важным элементом для роста гара являются люди, способные привнести в общее дело вдохновение, целеустремленность, энергию и радость. Остальное, как говорится, история: пусть историей и остается. Приезжайте в гар и, может быть, даже оставайтесь подольше. Мы рады видеть вас в Восточном Цегьялгаре!!! ○



Участники ретрита на земле.

Фото: Джон Фостер



Зал Мандалы.

## Приобретение Кхандролинга

Автор: Лори Мардер

К тому моменту, как мы уже были учениками Ринпоче пять лет, стало понятно, что надо подыскать новое место для гара. Мы больше не хотели тревожить соседей огромными летними ретритами, и, в любом случае, нам требовалось больше места.

Одним весенним днем мы узнали об участке земли, который впоследствии стал Кхандролингом. Пара наших практикующих отправились посмотреть участок, в то время как остальные наши нашли другую землю, выставленную на продажу, которая была дешевле и практичнее. Однако, когда в конце лета Ринпоче, приехав, увидел участок, тот ему сразу понравился, и Ринпоче сказал, что мы должны привезти всех сюда, показать землю, устроить пикник и организовать сбор средств, так как нам действительно нужна эта земля. Ринпоче ясно видел, что могло здесь произойти, и передал это нам так полно, насколько было возможно.

В тот день все были полны энтузиазма, и была подарена практически половина необходимых средств. Местной общине и ганчи оставалось собрать оставшуюся сумму и договориться о покупке.

Чтобы купить землю, нам пришлось продать Общинный дом, но, в любом случае, он стал для нас маловат. Когда мы выставили дом на продажу, агенты по недвижимости объявили нам, что его никто никогда не купит, так как он был «белым слоном» (сделка, по которой расходы превышают прибыль – прим. пер.), но его приобрели первые же посетители, которые пришли на просмотр, так как им понравилась его удивительная энергия.



Танец на платформе, где была первоначальная мандала.

Фото: Джон Фостер.

Наши люди с большим практическим опытом понимали, что освоение земли – дело непростое, и как альтернатива снова обсуждался другой участок, но в действительности нас интересовала только эта земля. Мы постепенно преодолели разные трудности, например, увеличение стоимости из-за дополнительной площади, включенной в сделку, и тому подобное, но, в конце концов, земля благополучно стала нашей, частью «вечного» наследия Дзогчен-общины. ©

## Зал Мандалы в Восточном Цегьялгаре

Первая и единственная Мандала Вселенной в Международной Дзогчен-общине

Интервью с Эфремом Мардером май 2015 года

«Зеркало»: Расскажите немного о том, что послужило вдохновением для постройки Зала Мандалы, и об уникальности этого проекта.

Эфрем Мардер: Вдохновение построить Зал Мандалы исходило непосредственно от Ринпоче. Я расскажу вам, как впервые услышал об этом, но мне кажется, что прежде будет полезно рассказать о предшествовавших этому событиях. Кхандролинг был куплен в 1989 году при большой поддержке Ринпоче. Он сказал, что это место особенное, и «если вы получите эту землю, я дам вам то, что вы хотите». Он сказал, что эта земля всегда будет принадлежать Дзогчен-общине и никогда не будет продана.

Первое, что было сделано – Община построила ретритный дом для Ринпоче на том месте, которое он выбрал сам. В 1990 году большую часть лета Ринпоче выполнял там личный ретрит. В то время он начал получать во снах терма Лонгсал Гомадэви и Танца Ваджры. Позднее он описывал, что ставил палатку на особом высоком месте возле своей любимой скалы (и даже «сотрудничал с комарами»), так как это способствовало получению знаний во снах. Он попросил принести ему кра-



Фото: Пола Бэрри. Танцоры Кайта и танцоры Дерге на инаугурации в 2014 году.

ску и на площадке возле пруда стал рисовать Мандалу Земли в натуральную величину.

Затем однажды он прервал свой личный ретрит и пригласил местных практикующих на эту площадку и начал показывать нам первые позиции и движения Танца Песни Ваджры на Мандале. Джо Зурило, который помогал Ринпоче по разным бытовым вопросам, вспоминает следующее:



Ринпоче проверяет Мандалу в Кхандролинге.

«Впервые идея о Ваджрном зале появилась, когда мы гуляли на земле. Ринпоче тогда закончил свой ретрит. Мы спускались вниз по холму, после того как Ринпоче показал, где он спал. Он описал хрустальный дворец Гомадэви и добавил, что «когда-нибудь здесь появится что-то похожее». Так что идея появилась уже задолго до воплощения».

Затем Ринпоче уехал из Цегьялгара и в течение нескольких месяцев передавал более полную версию Танца прак-

тикующим в Меригаре. В Кхандролинге, на вершине холма, где Ринпоче давал передачу, на деревянном основании была сконструирована и раскрашена Мандала, и когда он вернулся в следующем году, то танцевал там с нами, и Прима также передала первые наставления по Танцу. С годами дерево, будучи расположенным близко к земле, начинало гнить, и его нужно было ремонтировать и красить заново, поскольку не было хорошего способа его защитить.

Вскоре Ринпоче рассказал подробнее о том, что сны Лонгсал связаны с Гомадэви и Танцем Ваджры, и все узнали больше о трех Мандалах и как они явились ему во снах. Летом 2005 года Община Восточного Цегьялгара неустанно работала над созданием первой Мандалы Вселенной. Наш местный инструктор по Танцу Кью Кьюно постоянно вдохновляла нас, чтобы сконструировать и покрасить первую Вселенскую Мандалу на этом месте. Мы провели первый танец осенью в День Дакини, и Мандала была такой огромной, что это было больше похоже на плавание в море из пяти цветов.

Итак, возвращаясь к вашему первому вопросу.

Позднее в 2005 году Мэрит Кранмер, Джерри Стейнберг и я поехали на Маргариту и привезли Ринпоче фотографию свежеекрасенной Мандалы Вселенной. Ринпоче взглянул на фото и сразу же сказал решительным тоном: «А ТЕПЕРЬ МЫ ПОСТРОИМ ВАДЖРНЫЙ ЗАЛ». Он сказал, что нам нужно будет некое сооружение, чтобы сохранить Мандалу. Когда я услышал эту идею, я был немного в шоке, так как сразу понял, что проект будет непростым, учитывая, что Мандала находится в отдалении от жилых мест, а подь-

ездная дорога к ней не очень хорошая: нет налаженных коммуникаций, и расположена она в гористой местности на вершине холма. Тем не менее, многие из нас обдумывали, как воплотить эту идею, и постепенно стало ясно, что создание Ваджрного Зала будет уникальной возможностью оказать почтение Кхандролингу как месту открытия терма. Помимо физического сохранения Мандалы, Ваджрный Зал также призван сохранять и ознаменовывать место, где была получена передача этого Учения, и быть чем-то вроде храма Гомадэви, наподобие того, что Ринпоче видел в своих снах. Ринпоче объяснил, что Кхандролинг – это место пребывания Гомадэви, которое станет местом паломничества в будущем. Это очень вдохновило всех нас.

**З:** А как возник первый вариант конструкции строения?

**ЭМ:** В последующие несколько лет у нас не было никакого конкретного плана, но, тем не менее, разные люди из Общины работали официально и неофициально, для того чтобы проект продвигался. Тогда ганчи сформировал комитет по разработке дизайна и плана проекта. Было ясно, что проект такого масштаба невозможно выполнять по выходным с командой волонтеров. Но, учитывая нашу мотивацию и цель проекта, было ясно, что желательно осуществить проект силами членов Общины. Наши практикующие Джо Зи и Верн Харрингтон являются владельцами строительной компании (TSA), поэтому такая возможность у нас была, и они с радостью помогли нам. К ним присоединился Джим Смит (тоже строитель), они встретились все вместе и начали разрабатывать дизайн и приблизитель-

*>> продолжение на следующей странице*

>> продолжение с предыдущей страницы  
ный план. Они также плотно задействовали инженера своей компании. Задумка состояла в том, чтобы Зал по дизайну соответствовал Мандале, отражая ее составные части. Джо вспоминает: «...Необходимость строительства и сама идея того, что строить, возникли спонтанно, без участия ума. Все остальное пришло позже».

Что касается дизайна, то там были двенадцать главных балок, которые соответствовали двенадцати золотым линиям Мандалы и поддерживались двенадцатью стальными колоннами. Архитектурная сложность заключалась в том, как поддержать такую массивную крышу без центральной балки, которая бы в таком случае вторглась в саму Мандалу. Пространство должно было оставаться открытым. Массивные балки, идущие от колонн, были замкнуты в стальное компрессионное кольцо, сделанное специально в этих целях. Чтобы позволить большему количеству зрителей наблюдать за Мандалой, было создано внешнее кольцо под названием променад с более полой крышей. Он также мог служить защитой от воздействия элементов, оберегая как Мандалу, так и практикующих от неблагоприятных погодных условий. Кольцо света на крыше было спроектировано как для того, чтобы нести больше света, так и для того, чтобы создать ощущение прозрачности — хрустального дворца.

У нас не было ни малейшего понятия, как мы будем финансировать проект, но первый дизайн был утвержден и послан Ринпоче. Приехав в Цегьялгар в 2008 году, Ринпоче на собрании утвердил дизайн (и наше видение, из которого мы исходили), и мы обсудили разные подробности и наши возможности. В конце ретрита были собраны средства, чтобы заложить основу будущего строения следующим летом. Кроме этого, в том же году в Конвее Ринпоче провел много времени, работая над подготовкой сосуда, который он наполнил драгоценными камнями и мантрами, написанными золотом. Этот сосуд должен был быть помещен в особое время в землю в центре здания, который также является центром Мандалы. Мы сверились с Ринпоче, и сосуд был помещен в нужное место во время практики охранителей и ганапуджи в завершении курса по практике Гомадэ-

ви с Энцо Терцано в Кхандролинге в 2009 году. Это был особый момент: мы активировали сосуд до начала строительства самой конструкции.

Примерно в это же время была формально организована команда, которая занималась проектированием и постройкой Ваджрного Зала, в которой всегда был, по крайней мере, один представитель ганчи. Позднее была также организована группа, которая занима-

Ринпоче в 2008 году, был помещен в центр Мандалы.

**2010 год:** был установлен центральный стальной каркас, стропила, балки и своды.

**2011 год:** установлен стальной каркас танцевальной площадки, перекладки и рама для стеклянной крыши.

**2012 год:** закончена основная крыша, стеклянная крыша и залито основание Мандалы.



Ваджрный танец на инаугурации в 2014 году.

лась сбором средств. В этих группах на протяжении многих лет велся уважительный диалог, в результате которого принимались большие и маленькие решения. Хотя временами приходилось нанимать и использовать внешних работников и субподрядчиков на всех фазах строительства, проект был, по большей части, осуществлен силами членов Общины. Ринпоче лично трижды давал средства на этот проект в самом начале, а также еще два раза в 2012 и 2013 годах.

**З:** А сколько времени занял весь проект: от появления первой идеи до завершения строительства?

**ЭМ:** Учитывая неблагоприятные погодные условия зимой, сезон строительства в Кхандролинге длился примерно полгода: с конца апреля по конец октября.

**2008 год:** был, по большей части, заложен фундамент, и полностью эта работа была завершена в 2009 году.

**2009 год:** сосуд, приготовленный

**2013 год:** на крыше установлен символ Лонгсал, сделаны стены площадки и пол, нарисована и раскрашена Мандала.

**2014 год:** завершающие работы окончены к 11 июля, когда была проведена инаугурация Мандалы вместе с Ринпоче.

Процессы и материалы, которые использовались для:

- 1) самого Зала
- 2) рисования и раскраски Мандалы
- 3) символа Лонгсал

#### 1) Фундамент и основная конструкция:

Первая сложность, с которой мы столкнулись, состояла в том, чтобы заложить подходящий фундамент. Учитывая, что Кхандролинг находится на каменистом холме, фундамент должен был выдерживать избыточный вес большой крыши, при том что крыша не имеет никакой опоры посередине конструкции. Для этого мы вырыли отверстия примерно 2 метра глубиной для 12 больших внутренних колонн и 24 внешних, поддерживающих допол-

нительную крышу. Большие бетонные основания, усиленные сталью, были подогнаны с учетом особенностей топографии и послужили фундаментом для стальных опор. Под землей была построена круглая бетонная стена фундамента, соединяющая основания опор, чтобы поддерживать внешнюю стену. Затем сверху была насыпана земля. Опоры из гальванизированной стали были соединены наверху сталь-

вянной фанерой, которую видно снизу. Окно в крыше было сделано на заказ. Оно образует большую тигле света, которое двигается по Мандале в течение дня и изменяется в зависимости от времени года. Противоударное стекло защищено двойной изоляцией и создает максимальную защиту от ультрафиолета. Основание Мандалы – это бетонная плита шириной в 13 см, в которую вмонтированы арматура и проводка

поверхность. Поэтому цвет за цветом все должно быть тщательно окрашено в соответствии с границами рисунка. Мы стремились создать надежную поверхность, которую не нужно было бы перекрашивать в будущем и которая была бы гладкой и удобной для танца. Этот процесс занял более трех месяцев с августа по ноябрь 2013 года. К зиме все было практически готово. У нас возникли сложности с несколькими цветами, и мы решили все исправить весной перед июльской инаугурацией.

Весной мы приступили к работе и получили сообщение от Примы Май, которая, сверившись с коренным текстом, выяснила, что дизайн внешних белых и черных треугольников нужно будет поменять. Это было невозможно сделать на существующей Мандале, так как черные треугольники нужно было передвинуть, в то время как они были нарисованы на бетоне. Так что мы приняли радикальное решение и всего за 6 недель до инаугурации переделали все заново: снова отшлифовали поверхность, удаляя все, что было уже нарисовано. Учитывая ограниченное время, мы предпочли более быстрый способ работы и использовали эпоксидное напольное покрытие, которое было чрезвычайно прочным и которое можно было подобрать нужного цвета. Джим посчитал, что с учетом предыдущего опыта рисунок можно было нанести и обклеить пленкой гораздо быстрее. Команда волонтеров и работников работала каждый день вплоть до самой инаугурации. Мы наложили два отдельных слоя эпоксидного покрытия для каждого цвета и верхний защитный прозрачный слой уретана, который мы наложили за день до инаугурации, так что он как раз успел высохнуть. Сложность заключалась в том, что было необходимо нанести эпоксидное покрытие на трехслойный трафарет для кольца с «языками пламени», которое окружает Мандалу снаружи. Бодхи Краузе очень помог нам с трафаретами.

### 3) Символ Лонгсал

Джим Смит также занялся дизайном и изготовлением украшения – символа Лонгсал. Он считал, что важно, чтобы центральная область в виде тигле, или капли, была фигурной, а не плоской, при этом внешние края могут оставаться плоскими. Мы попросили у Ринпоче

*>> продолжение на следующей странице*



Танцоры Кайта и танцоры Дерге на инаугурации в 2014 году.

ными балками, расположенными горизонтально, и образовывали кольцо. Массивные деревянные клеено-ламинированные балки, соединяющиеся со стальным обжимающим кольцом на верхушке крыши, использовались большей частью для того, чтобы нести основной вес крыши. Дополнительные деревянные балки использовались как второстепенные стропила между двенадцатью главными балками крыши. Основные балки поднимались с помощью крана и привинчивались к центральному стальному кольцу.

Структура и материалы, которые мы выбирали, по мере возможности должны были отвечать двум основным критериям: противостоять сильным ветрам и тяжелым климатическим условиям, а также требовать минимального технического обслуживания в будущем. Например, кровля сделана из композитного шифера, срок службы которого от 50 до 100 лет. Нижняя крыша, которую не видно с земли, сделана из металла и обшита толстой дере-

для будущего использования. Пол променада сделан из каменной брусчатки с цветными переходами. Внешняя стена сделана кирпичной кладкой, оштукатурена и покрашена долговечной водоотталкивающей краской. Ступеньки у входа сделаны из местных камней.

### 2) Как рисовали и раскрашивали Мандалу

Основную ответственность за Мандалу взял на себя Джим Смит. Чтобы нарисовать ее, он соорудил что-то вроде стальной ножки циркуля на колесиках, которая цеплялась за крепеж в середине Мандалы. В ней были просверлены отверстия, обозначающие расположение каждого тигле. Таким образом можно было нарисовать структуру Мандалы и всегда соответствовать правильному расположению линий.

Процесс нанесения цветов на отшлифованный бетон был довольно долгим и требовал многократного нанесения защитных лент, т.к. мы использовали краситель, который проникал в

>> продолжение с предыдущей страницы

разрешения и совета на счет размеров символа: выходило примерно 2,5 метра высотой и шириной. Основа символа была сделана из стальной арматуры, чтобы обеспечить стабильность конструкции. Затем Джим создал из строительной пены трехмерную секцию и сделал из дерева «крылья» скульптуры. Эта модель была доставлена специалисту по изготовлению конструкций из стеклопластика. Он сделал форму, из которой потом была отлита модель на основе стальной арматуры. Мы выбрали стеклопластик, т.к. он легче металла и его можно позолотить. Помимо этого, он достаточно надежный и подходит для конструкций, стоящих на открытом воздухе. Готовый символ подняли краном в 2013 году, когда Ринпоче был в Цегьялгаре. Символ был сразу привинчен к вершине здания рабочими из Общины. Это было удивительное зрелище, символ Лонгсал, казалось, парил в пространстве над зданием словно пребывавая в океане голубого неба дхармакайи.

**З:** Расскажите, какие сложности и радости сопровождали реализацию этого проекта.

**ЭМ:** Я уже говорил о сложностях, рассказывая о строительстве и так далее. Поэтому я сосредоточусь на радостях.

Первое, что приходит на ум, особенно в связи с основной фазой строительства, так это то, что, несмотря на неизбежную разницу во мнениях, которые были озвучены, команда проекта объединилась и преодолела все разногласия в едином порыве, за счет которого проект и видение Ринпоче вышли на первый план. Многочисленные вечера, проведенные вместе после тяжелого трудового дня, послужили поводом для смеха и распития вина, став частью продуктивного диалога. Экспертное мнение каждого повлияло на общий результат.

Само строительство здания всегда казалось благословенным и защищенным. Я помню, как Джо рассказывал, что несмотря на сложности, вызванные необычностью этой конструкции, еще никогда в жизни он не stalkивался с тем, чтобы реализация проекта шла так гладко, особенно в критические моменты. Например, при возведении основных балок все элементы стали точно на свои места. Эту гармонию чувствовали и внешние субпод-



Символ Лонгсал.

Фото: Пола Бэрри.

рядчики, и работники, приезжавшие на стройку. Проявлялось что-то необычное. Например, директором одной строительной компании, которая намеревалась залить бетонную плиту под Мандалу, была женщина, специалист в своей области. Она рассказала, что не смогла разрешить логическую загадку относительно того, как последовательно загрузить девять больших грузовиков в нужный момент и отправить на стройку, учитывая, что дорога позволяла двигаться только в одном направлении. Она не могла сообразить, как это осуществить, пока однажды ночью ей не приснился сон, после которого она проснулась «со знанием», как это нужно сделать. Все сработало великолепно.

Где-то в середине фазы строительства стало очевидно, что нам необходимо собрать дополнительные средства. Для проекта никогда не использовались основные средства Общины, которые были нужны для других целей, и мы никогда не уходили в долги. Поэтому ганчи и команда проекта спросили Ринпоче, можем ли провести международную кампанию по сбору средств, и он согласился. Много времени ушло на создание сайта и разработку стратегии по привлечению средств, и хотя вначале не было каких-то значительных результатов, с помощью Кью и Примы и других инструкторов по Танцу со всего мира за короткое время проект получил большую поддержку, и мы собрали недостающие средства для продолжения строительства. Было так радостно чувствовать радость, с которой люди делали свои подношения в разных уголках мира, проявляя свою любовь к передаче Танца Ваджры и мировому значению его происхождения на месте расположения Зала.

Возможно, самый радостный момент состоялся, когда Ринпоче впервые посетил Зал в 2012 году и мы провели там первую совместную ганапуджу. Было

очевидно, что это место принадлежало ему, и он был там счастлив и позже отметил, что был очень всем доволен. Безусловно, сама инаугурация, состоявшаяся в 2014 году, была очень особенной, на ней присутствовали члены Общины со всего мира. Первый курс по Танцу Ваджры в Зале с Примой, который состоялся прошлым летом, тоже был особенным. Ринпоче тоже казался очень довольным, когда приходил сюда провести вечерние занятия по Кайта. Форма зала и открытое пространство казались идеальными, в особенности для круговых танцев.

**З:** Какую пользу, по вашему мнению, несет в себе Зал МандалыМ для Дзогчен-общины? В чем его ценность в международном масштабе?

**ЭМ:** Ринпоче описывал, что Зал Мандалы расположен в месте силы и Мандала и символ Лонгсал также обладают своей собственной силой. Так что практикующие со всего земного шара могут соприкоснуться с этим, приехав сюда, чтобы практиковать коллективно или индивидуально. Он также сказал, что он будет отправной точкой паломничества для всех, кто серьезно заинтересован в Танце Ваджры. Также это идеальное место для курсов по Танцу и йоге и любых коллективных практик. Кроме того, это первая и единственная Мандала Вселенной на Земле, так что мы надеемся, что в дальнейшем будет передано больше Учений о возможностях Танца Ваджры на Мандале Вселенной, которые до сих пор еще не были представлены. И, наконец, это строение, как и Гомпа Меригара, будет привлекать людей, и, возможно, таким образом они создадут связь с передачей. Даже если кто-то придет в качестве туриста, они могут быть удивлены.

Команда, которая занималась дизайном и сооружением Мандалы:

Верн Харрингтон – менеджер проекта, Джо Зурило – руководитель работ, Джим Смит – проектирование и строительство, Джон Ла Франс – коммуникации, Пола Бэрри, Мэрит Кранмер, Эфрем Мардер – дизайн и исследования, Нэри Митчелл – строительство.

Группа, которая занималась сбором средств: Мэрит Кранмер, Джон Ла Франс, Эфрем Мардер, Жаклин Дженс, Нэнси Пэрис, Кью Кьюно  
<https://www.youtube.com/watch?v=J35jJPz0-pM>

# Покупка старой средней школы в Конвее для американской Дзогчен-общины и американского Института Шанг Шунг в 1993 году



Старая средняя школа в Конвее.

«Если люди понимают ценность культуры, используют ее и обладают знанием о ней, такие люди не смогут исчезнуть просто так, потому что они принадлежат культуре. В этом ее основной смысл».

Чогьял Намкай Норбу, 1993 год

Избранные выдержки из статьи «Океан возможностей», The Mirror, выпуск № 22, июль-август 1993 года, страница 1

«В 1992 году во время августовского ретрита в Кхандролинге, Бакленд, штат Массачусетс, Чогьял Намкай Норбу дал рекомендации практикующим Дзогчен-общины североамериканского Цегьялгара подобрать для проведения ретритов место, отличное от Верхнего Кхандролинга, которое позволило бы вместить большое количество людей и предоставить жилье для гостей. На одном из совещаний комитета Лори Деньер упомянул, что на рынке купли-продажи появилась старая средняя школа в Конвее. Многие знали, что школа была выставлена на продажу, но полагали, что цена была слишком высока. На следующей неделе кто-то из любопытства отправился посмотреть на здание. В марте 1993 года мы поехали оценить постройку вместе с Ринпоче. Увидев огромный потенциал пространства, он с энтузиазмом отнесся к такому варианту. На совещании по сбору средств были выделены деньги на первый взнос по приобретению здания в собственность».

Школа была куплена в 1993 году.

Некоторые цитаты Чогьяла Намкая Норбу из интервью о покупке старой средней школы в Конвее. The Mirror, выпуск № 22, июль-август 1993 года, страницы 8 и 9:

«Школа была приобретена не только силами Дзогчен-общины Цегьялга-

ра, но также при участии Дзогчен-общин Европы и США, объединенных общими интересами. Не следует думать, что только эти люди несут ответственность за школу. Все члены Общины в любой части света должны быть заинтересованы и чувствовать ответственность, так как это наше общее дело».

«У нас уже есть маленький ретритный домик [в Верхнем Кхандролинге], где я останавливался на несколько месяцев для ретрита, и у нас есть планы построить несколько таких ретритных домиков для проведения личных ретритов. Но, даже если у нас будет это замечательное место, мы не можем надеяться создать базу Общины Цегьялгара на этой земле, так как этого нелегко достичь. Мы можем использовать эту землю лишь для личных ретритов.

Некоторые люди спрашивают нас, почему мы не продаем землю [Кхандролинга], если мы не можем ее использовать под застройку, и не купим другой участок земли, который бы стал базой Дзогчен-общины. Но, даже если невозможно вести масштабное строительство на земле, которая уже находится в нашем владении, и даже если у нас возникли некоторые проблемы с соседями и нам может показаться, что было бы лучше избавиться от нее, мы не можем так поступить, так как эта земля имеет связь с принципом Танца Ваджры и, соответственно, является священной. По этой причине мы должны всегда содержать эту землю и использовать ее до тех пор, пока на земле существует Дзогчен-община».

«Сейчас мы остро нуждаемся в базе, где мы могли бы работать и встречаться и которая бы служила адресом Цегьялгара. С тех пор, как мы провели инаугурацию



Института Шанг Шунг в Меригаре, Италия, у нас появилась идея создать подобный институт-близнец в Америке, так как Америка это огромный и важный материк».

«Итак, это здание в Конвее станет базой для Института Шанг Шунг, ASIA и Дзогчен-общины. По этой причине мы старались подобрать большое здание. В таком здании мы сможем организовать всю деятельность Института Шанг Шунг. Для чего мы создали этот институт? Чтобы сохранить тибетскую культуру и представить ее на Западе. Этот институт даст возможность всем заинтересованным изучать и углублять знания тибетской культуры на Западе. В этом заключается смысл сохранения тибетской культуры, потому что самый лучший способ поддержания и развития культуры – донести до людей ее ценность и пользу. Конечно, если люди этого не поймут, то культура сможет просуществовать лишь недолго, потому что без усилий людей она не сохранится. Если люди понимают ценность культуры, используют ее и обладают знанием о ней, такие люди не смогут исчезнуть просто так, потому что они принадлежат культуре. В этом ее основной смысл».

Восточный Цегьялгар

413 369 4153  
secretary@tseggyalgar.org  
www.tseggyalgar.org

# Создание Института Шанг Шунг в США, Конвей, штат Массачусетс

в старой средней школе Конвея  
Лори Марлер

«Открытие филиала Института Шанг Шунг в США было для нас большой честью, а также большой ответственностью, которую многие из нас приняли радостно и со всей серьезностью. Наш сильный интерес к исследованиям по тибетской истории и наукам, которые проводил Чогьял Намкай Норбу, сделал это событие увлекательным дополнением к тому изучению, что мы проводили сами внутри Общины. Из устных наставлений Ринпоче было ясно, что тибетская культура является бесконечным полем для изучения и принесет огромную пользу всему человечеству.

У нас также была мотивация сделать какой-то свой вклад, создать архив знаний для будущих поколений тибетцев и западных людей. И хотя мы не знали точно, как что делается, мы стали учиться на ходу.

Это было непростое. Когда все только начиналось, у нас было только несколько местных специалистов, ученых и преподавателей, исследователей Тибета, а также небольшая библиотека тибетских текстов. В то время у нас не было общего понимания того, что нам необходимо для создания института.

Глен Эдди (1941-2006), известный западный тханкописец и ученик Чогьяла Намкая Норбу, был частью преподавательского состава Института Шанг Шунг. В 1995 году он основал Гильдию искусства золотой ваджры. Он был опытным художником и за свою 30-летнюю карьеру оставил огромное наследие в своей области. Он регулярно проводил семинары по тханкописи и рисунку тигте и завершил несколько больших работ на заказ, которые писал в своей студии.

Доктор Джеймс Вэлби, еще один ученик Чогьяла Намкая Норбу, учился вместе с доктором Гербертом Гюнтером в Университете Саскачевана, где получил магистерскую и докторскую степени по изучению культуры Востока. Он работал над переводами множества текстов



«Зеркало», 1994 год.

Дзогчена. Он также составил первый бесплатный большой цифровой словарь тибетского языка, которым мы пользуемся до сих пор, т.к. в нем есть масса перекрестных ссылок буквального употребления слов. Джеймс стал частью ИШШ со времени основания Института в 1994 году и организовал переводческий проект Вайрочаны, который в основном работает над переводами текстов Семде.

Правление Института полностью состояло из всех тибетологов, ученых и квалифицированных людей, которые были вдохновлены на участие в данном проекте. Однако мы будто бы кружились в некоем силовом поле, но не могли сказать, что это было.

Со временем стало ясно, что нам нужен свой собственный тибетский доктор, а так как тогда у нас еще не было доктора Пунцог Вангмо, для участия в трехлетней программе мы пригласили доктора Тубтена Пунцога. Именно тогда Институт стал работать на своем привычном уровне. До этого момента курсы тибетского, курсы по искусству и переводческие проекты составляли основу нашего существования, но мы знали, что этого недостаточно, поскольку у нас было ни каких-либо жизнеспособных долгосрочных программ, ни каталогизированного архива, а только стремление соответствовать той роли, которую мы на себя взяли. Так продолжалось несколько лет».

# 10 лет тибетской медицины в ИШШ США

Каролина Хоталинг и Брет Бурман

В 2015 году исполнилось 10 лет со дня основания Школы тибетской медицины американского Института Шанг Шунг. Это первая школа тибетской медицины в наше время, основанная за пределами гималайского региона. История этой школы началась в 1998 году, когда доктор Тубтен Пунцог был приглашен для проведения кратких медицинских курсов в рамках трехлетней программы по медицине. В 2001 году мы пригласили доктора Пунцог Вангмо из Ахасы, чтобы она обучала тибетской медицине американских студентов. Первая четырехлетняя программа по тибетской медицине в ИШШ США началась в 2005 году в Конвее, штат Массачусетс. В 2009 году первый многообещающий класс закончил свое обучение, и многие из выпускников вернулись в школу, чтобы принять участие в развитии этой области знания в США.

Школа тибетской медицины стала первой во многих областях: в 2005 году мы получили лицензию как школа частной практики в штате Массачусетс, а в 2009 году у нас появились важные контакты с университетом Цо-Нгон (Цинхай), колледжем тибетской медицины в Тибетском АО Китая, и студенты ИШШ получили возможность пройти интернатуру в тибетском медицинском госпитале Цо-Нгон. Также в 2011 году школа тибетской медицины ИШШ основала программу сертификации по массажной терапии Ку-Нье. Ку-Нье опирается на основополагающие принципы и теорию традиционной тибетской медицины, которая использует диагностику, рекомендации по образу жизни и диете этой древней традиции. Помимо этого, чтобы попробовать укоренить тибетскую медицину на Западе, Брет Бурман и Лила Уиткомб-Хьюитт занимаются транскрибированием комментариев по тибетской медицине, которые давала доктор Пунцог Вангмо.

Традиционно тибетская медицина преподается по той же схеме, что используется в США для высшего образования: есть четырехлетняя программа, сходная с бакалавриатом (*dnegos gzh'i*



Студенты выпуска 2009 года с Чогьялом Намкаем Норбу и д-ром Пунцог Вангмо.



Д-р Пунцог Вангмо.

sLob ma), затем магистратура (shes ram zhib 'jug sLob ma), докторантура, а также постдокторантура. Во многих местах уже давно нет возможности получить все степени обучения, и Школа тибетской медицины ИШШ США разрабатывает полный курс высшего образования, который бы охватывал три последние ступени, так как есть большая необходимость в обеспечении полного курса по тибетской медицине.

Чтобы получить звание квалифицированного менпа (sMan pa), или доктора тибетской медицины, студенту необходимо иметь широкие профессиональные знания. Помимо таких общепринятых в западной медицине навыков, как диагностика патологий и методы лечения, студенты курса тибетской медицины изучают искусства, например, поэзию, чтобы уметь общаться с паци-

ентами, и танцы, чтобы с точностью применять то, что они изучили.

На данный момент есть серьезный интерес в изучении тибетской медицины в Италии, Мексике, Австралии, России и Испании. В 2012 году доктор Вангмо была назначена на должность международного директора Школы тибетской медицины ИШШ. В 2013 году ИШШ начал онлайн-программу для своей быстро развивающейся аудитории местных и зарубежных студентов. Студент школы и член правления ИШШ Дрю МакГлатери работает с психическими больными на Манхэттене и говорит, что онлайн-программа позволяет ему изучать тибетскую медицину, так как он может учиться в нерабочее время.

Школа тибетской медицины ИШШ США включает в себя международного директора Вангмо, а также других экспертов в этой области, членов правления (Мэтью Хойт, Уилл Ши, Хайди Шор, Наоми Зейтц, Дрю МакГлатери, Анасия Вейл и Мэтью Шмуклер), сотрудников Института (Брета Бурмана, Мартина Бобака и Каролину Хоталинг), а также выпускников и волонтеров школы. Жаклин Дженс помогла с организацией при создании школы и сейчас вернулась, чтобы работать в аккредитационном комитете. Выпускники школы также очень важны: Мэтью Шмуклер, Мира Вейл и Лила Уиткомб-Хьюитт стали недавно ассистентами преподавателей, также Еше Цомо, квалифицированный терапевт Ку-Нье, стала важным членом команды.

Кроме медицинский школы, ИШШ США исполняет еще несколько ответственных функций в Восточном Цегьялгаре: Юден Намкай и Мэрит Кран-

мер занимаются библиотекой конвейерской школы, работая библиотекарями и составляя архив множества текстов по Дзогчену и Дхарме. Знаменитым книжным магазином ИШШ занимается Анна Бернштейн ([www.shangshung.org/store](http://www.shangshung.org/store)), так что учения по тибетскому языку, астрологии и Янтра-йоге доступны широкой аудитории.

Также выпускники Школы тибетской медицины сыграли важную роль в основании Американской Ассоциации Тибетской Медицины (ААТМ) – национальной ассоциации докторов тибетской медицины, основанной с целью распространения тибетской медицины в США. На данный момент Ассоциация несет ответственность за создание национальных стандартов по тибетской медицине в США и совместно с ИШШ и музеем искусств Рубина в Нью-Йорке организовала одно из событий национального масштаба – конференцию по тибетской медицине «Древняя медицина для современной жизни: тибетские методы для профилактики стресса, хронических заболеваний и душевного здоровья», которая прошла в Музее Рубина 25-27 июля 2014 года. Чогьял Намкай Норбу сделал доклад, и конференция освещалась в «Зеркале» (<http://ru.melong.com/?p=326>) за 27 августа 2014 года.

Глядя в будущее, доктор Вангмо и остальная команда Школы тибетской медицины ИШШ тесно сотрудничают с ААТМ и другими партнерами, чтобы продолжать расширять свое поле деятельности в США и выяснить, какие существуют возможности для аккредитации и лицензирования в Америке для западных и иностранных менпа. Также они планируют начать продвинутую программу по тибетской медицине за пределами гималайского региона. Как всегда, поддержка Общины очень важна для сохранения культуры Тибета, сердцем которой является тибетская медицина, и успеха ИШШ в США. ©

## ИШШ США

Адрес: 18 Schoolhouse Road  
P.O. Box 278

Conway, MA 01341, USA

Телефон: 413-369-4928

Факс: 413-369-4473

Секретарь: [secretary@shangshung.org](mailto:secretary@shangshung.org)

[www.shangshung.org](http://www.shangshung.org)

# Приобретение Нижнего Кхандролинга

Автор: Джон Фостер

В 2002 году, после 10 лет рассмотрения дела в земельном суде, нам наконец-то разрешили построить ретритные домики на территории Верхнего Кхандролинга. Судья, однако, не постановила, что дорога Мэри Лайонс Роуд считается городской. Это означало, что теоретически дальнейшее строительство в Верхнем Кхандролинге могло быть снова осложнено из-за отсутствия выхода на городскую дорогу.

До этого Джо Зарило познакомился с Ларри Пайком, владельцем того места, которое теперь называется Нижним Кхандролингом, и время от времени они общались. Так как собственность Пайков была единственным участком земли, примыкающим к городской дороге, который находился в нашем распоряжении, мы поняли, что в случае приобретения участка Пайков мы решили бы вопрос с выходом на городскую дорогу, объединив, если пожелаем, два владения. Осенью 2002 года была проведена официальная процедура оценки, в результате которой была установлена стоимость в размере \$160,000. На следующий год я начал встречаться с Ларри для развития неофициальных дружеских отношений, слушая, в основном, его рассказы о былом за шестью упаковками пива. Так или иначе, я сказал ему, что, если когда-нибудь он решится продать землю, мы были бы очень заинтересованы в ее покупке. Вся ситуация была описана Ринпоче, и он сказал, что если мы сможем получить эту землю, это будет очень хорошо для будущего. Вскоре Ларри начал подумывать о продаже земли, так как он становился старше (ему было почти 80) и обслуживать недвижимость ему было все труднее и труднее. Кроме этого, у него была идея построить домик на участке земли, и продажа позволила бы ему воплотить свою мечту в жизнь.

Итак, вооружившись реальными ценами на землю, мы сделали ему предложение, оговорив некоторые условия. Насколько я помню, сначала ему было предложено съехать с участка,



Первоначальный дом Пайков.

Фото: Джон Фостер.

как только мы вступим во владение, но он отверг это предложение, поскольку ему некуда было ехать и он хотел построить домик. Он всю жизнь провел в своем владении, и об аренде квартиры или чем-то подобном он не думал. Мы сделали ему другое предложение, по которому он мог жить там некоторое время и платить нам ренту, пока не найдет подходящее место для проживания. Он отказался и от этого предложения. Мне кажется, мы предложили ему еще что-то, но он снова отказался

деньги на банковский счет Ларри и разрешить ему жить на земле до конца своих дней без каких-либо дополнительных условий. Мы должны были платить налоги и оплачивать коммунальные услуги. Я сказал, что на таких условиях буду рад продать Общине и свой дом, и Ринпоче рассмеялся.

Ларри принял предложение, от которого нельзя было отказаться. Мне кажется, он прожил еще год. Так как он не оставил завещания, судебный процесс по получению нами полного доступа к дому и сараям затянулся еще на год. Ларри и его брат Эрни не были близки, поэтому всю его собственность, из которой ценность представляли только два трактора, унаследовал его племянник, который время от времени ему помогал. Так или иначе, вся хибара теперь принадлежала нам, и Шон стал первым ее обитателем. Дом был в плохом состоянии, и так как в подвале был земляной пол, то везде была плесень, грязь и бог весть что. В итоге там никто не жил. Мы приложили усилия, чтобы спасти от разрушения сарай, который сохранился до сих пор.

На встрече перед домом фермера после смерти мистера Пайка Ринпоче сказал задумчиво, что видит, как можно использовать Нижний Кхандролинг. Он сказал, что будет хорошо, если мы сможем построить гомпу, способную разместить людей, которые в будущем будут приезжать в Кхандролинг, а также построить дорогу, которая свяжет Нижний и Верхний Кхандролинги. Таким образом мы сможем объезжать соседей по дороге Мэри Лайонс, люди постепенно станут переезжать, по возможности, в Нижний Кхандролинг или в соседние районы, и возникнет атмосфера Общины. ©



Кайта в доме Ринпоче.

Фото: Пола Бэрри.

и сказал, что ему все меньше нравится идея продажи.

Где-то в 2004 году мы встретились с Ринпоче. Мы сели за столом у Эфрема дома, объяснив, что Ларри не хочет продавать землю, отверг наши предложения, и попросили Ринпоче дать нам совет, что делать дальше. Ринпоче рассказал нам, как Меригар приобрел Меригар-2. Тогда после многолетних просьб старый фермер, владевший Меригаром-2, в конце концов продал землю Ринпоче, поскольку его дети не хотели быть фермерами и, кроме этого, Меригар был хорошим соседом. Ключевым моментом стало терпение. Поэтому Ринпоче предложил положить

# Кундроллинг – «Место полного освобождения»

Майкл Кац и Дзогчен-община Нью-Йорка

С начала 1980-х Чогьял Намкай Норбу постоянно приезжает в Нью-Йорк. С тех пор нью-йоркская община организовала много ретритов в соборе Святого Иоанна, Колумбийском университете, соборе Святого Вардана и в других известных местах. В последние годы Ринпоче также принял участие во множестве проводившихся в Нью-Йорке симпозиумов, конференций и других мероприятий, связанных с его работой в области тибетского языка, тибетской медицины и истории Шанг Шунга. В знаменитом Художественном музее Рубина в Нью-Йорке состоялось два других важных события: презентация книги Ринпоче «Свет Кайлаша» и конференция «по тибетской медицине».

Много лет его ученики из нью-йоркской Общины встречались в разных квартирах практикующих и в арендованных помещениях, где размещалась Мандала для Танца Ваджры, на которой мы постоянно танцуем с 1994 года. Идея об организации постоянного центра в Нью-Йорке обсуждалась много раз, но невероятно высокая арендная плата делала этот проект трудно выполнимым.

После одного из ретритов Ринпоче в 2005 году мы встретились на вечеринке в квартире Дженнифер Фокс в Нижнем Манхэттене. Энергии было много, и снова прозвучало предложение об организации линга. И сразу стало ясно, что Ринпоче нравится эта идея.

Вот как об этом вспоминает Джоанна Беннетт, которая и нашла помещение по адресу: 30-я Западная улица, д. 151:

«Я отправилась на поиски «небольшого» помещения, сдаваемого в аренду в Нью-Йорке, с площадью по крайней мере 600 м<sup>2</sup>, без колонн и с лифтом в здании, чтобы Ринпоче мог приходить туда, когда захочет. Каждый, кто когда-либо жил в Нью-Йорке, знает, что найти такое помещение практически невозможно. Особенно это было очевидно мне, большую часть жизни проработавшей в сфере недвижимости. Поэтому я позвонила другу, работающему в сфере ком-



Танцы в Кундроллинге.

Фото: Таши Кайзер.

мерческой недвижимости, и попросила о помощи. Шесть месяцев ушло на поиски помещения, в котором поместилась бы малая Мандала. Когда обнаружилось помещение, способное вместить Мандалу, Ринпоче приехал в Нью-Йорк.

Ринпоче было известно о каждом шаге этих поисков, и, когда он снова приехал в Нью-Йорк, я попросила организовать специальное собрание Общины, где и было озвучено предложение арендовать по доступной цене именно это офисное помещение в центральном районе Нью-Йорка, где помещается Мандала. Я сделала фотографии и пустила их по кругу вместе с некоторыми документами, представив их пятидесяти или шестидесяти людям, собравшимся в лофте у Дженнифер Фокс. Некоторым идея понравилась, другим – нет, однако соотношение было 50/50, что было приятной неожиданностью. Самый весомый довод против заключался в финансовой стороне вопроса: мы могли арендовать помещение, только если члены общины Нью-Йорка захотят объединиться и ежемесячно собирать средства. Сама я не ожидала, что кто-либо откликнется, поэтому попросила: «Поднимите, пожалуйста, руки те, кто хочет сдавать по 50\$ в месяц на линг в Нью-Йорке». У меня отвисла челюсть, когда руки подняли 90% присутствующих. Внезапно кому-то в голову пришла идея спросить Ринпоче, что он об этом думает, и тот сказал нам: «Может быть, хорошо иметь какой-нибудь адрес», – и пожал плечами. Затем прозвучали аплодисменты, и все обрадовались!

В самом шумном и эгоцентричном месте в мире группа учеников Чогьяла Намкай Норбу преодолела все свои личные проблемы и напряжения между собой на время, достаточно для того, чтобы проявилось пространство, где каждый может на мгновение оставить обычную жизнь и практиковать вместе.

...и слова Кати Пембертон, отрывок из интервью в «Зеркале» № 109, стр. 29, о моменте на той вечеринке, где было принято решение создать свой линг:

«Я помню тот вечер, когда Ринпоче был здесь, в Нью-Йорке, и после ретрита у нас было собрание Общины, на котором Джоанна Беннетт сообщила Ринпоче, что нашла место, которое может стать нашим пространством, нашим лингом. До внимания каждого было доведено, что нам придется финансово участвовать в аренде этого помещения. Ринпоче был там, и он просто ждал, когда мы проявим инициативу и решим, быть этому или не быть. Это было открытое обсуждение. Помню, как он сидел на стуле, а все остальные сидели на полу и мы не знали, случится это или нет. Исход зависел от голосования, от того, сколько людей могли в тот момент принять участие в том, чтобы это произошло. Руки подняли достаточное количество людей, и оказалось, что мы можем сотрудничать. Тогда он медленно оглядел нас и сказал: «Хорошо!».

Итак, место в Среднем Манхэттене было найдено, деньги были собраны, и появился центр, который Ринпоче назвал Кундроллинг – «Место полного освобождения».

Со временем в Нью-Йорке стало проводиться все больше программ и мероприятий. Ганапуджи, занятия по Танцу Ваджры и Янтра-йоге стали регулярными. Также у нас постоянно проводятся мастер-классы и ретриты выходного дня под руководством учителей Санти Маха Сангхи и других инструкторов Дзогчен-общины, и посетителей нашего маленького оазиса в Среднем Манхэттене становится все больше.

Высокая арендная плата все еще остается проблемой, но многие члены нью-йоркской общины ежемесячно делают щедрые взносы. На ближайшее будущее у нас запланировано множество программ, и, несмотря на то, что Ринпоче не собирается в этом году посещать Нью-Йорк, мы с радостью ждем июльской встречи с ним в Цегьялгаре.

Если будете в Нью-Йорке, заходите к нам в Кундроллинг! ©

## Кундроллинг

151 W 30th St, 4th Floor  
New York, NY 10001  
community@kundrolling.org

# Зарождение калифорнийской Дзогчен-общины и Кьюнгдингара (khyung lding sgar) в Касаделро, Калифорния

«Кьюнгдингар (khyung lding sgar): «кьюнг» значит «гаруда», «динг» – «парящий», «гар» – «место», все вместе означает «место парящего Гаруды».

Джим Вэлби

Нэри Митчелл

## Начало истории Общины в Калифорнии

Ринпоче впервые приехал в Калифорнию в 1979 году. Один из членов Общины Джим Рашик впервые увидел Ринпоче на лекции по буддизму в церкви Сан-Франциско. Первый ретрит, который дал Ринпоче, прошел в Поттер Вэлли в 1980 году. Там Ринпоче провел два ретрита, и я встретилась с ним после первого из них. Третий ретрит проходил в местечке под названием Оз в Северной Калифорнии, прямо на побережье – в месте, которое было обустроено хиппи Редвудом и группой «назад к природе». В это место нас пригласил сам Редвуд. Там стоял большой амбар, который превратили в гомпу, и учения проходили в нем, а также в старом яблоневом саду. Община первоначально развивалась в заливе Сан-Франциско, и мы встречались дома у разных людей. С учетом нашей неудачной попытки обзавестись собственной землей в 1986 году, так продолжалось примерно до 2000 года, пока мы не создали Дондрублинг в Беркли.

## Поиски и покупка Кьюнгдингара в Касаделро

В 1983 году выяснилось, что Дзогчен-общины появились в Нью-Йорке и Конвее, штат Массачусетс, так что и мы, практикующие западного побережья, решили объединиться и создать Общину. Мы связались с Ринпоче, и он посоветовал действовать и сделать это. Большинство практикующих жили в то время в заливе: нас было тридцать-сорок человек. Мы поддерживали контакт с Ринпоче, и он приезжал почти каждый год с 1981-го в Поттер Вэлли до 1998-го на озеро Тахо. В 1983 году



Ринпоче учит в Касаделро, 1987 год.

мы провели ретрит на горячих источниках Харбин Спрингс в Северной Калифорнии, на котором я не была. Потом мы договорились еще с одним человеком, который не был членом Дзогчен-общины, но был буддистом и жил



Ринпоче в Касаделро, 1987 год.

в горах близ Невада Сити, о том, чтобы устроить ретрит на его земле. Мы проводили там ретриты три или четыре года. Потом мы решили, что лучше не пользоваться чужой собственностью, а купить какую-нибудь землю и обустроить ее согласно указаниям Ринпоче. Найти дикий участок близко к городу для практики было трудно: одни отели более уединенное место, другие – центр города. В то время победила идея природы. У нас бывали проблемы с соседями в других местах, где мы собирались,

так что Ринпоче рекомендовал, чтобы мы попытались найти что-то, что можно было бы приобрести и над чем у нас было бы больше контроля.

В результате в 1986 году группа людей с северного залива продала нам землю площадью около ста восьми акров за 150 тысяч долларов. Пятьдесят тысяч дал Ринпоче, два человека заложили свои дома, и еще мы собрали некоторое количество пожертвований. Мы сложили все это и принялись расчищать купленную землю и строить. Участок располагался примерно в пяти милях к северо-западу от Касаделро, Калифорния, на северном побережье реки Остин Крик. Там был очень крутой склон, почти в пятьдесят градусов, и практически всю территорию занимала скала. Место находилось в двух часах езды на машине от Сан-Франциско.

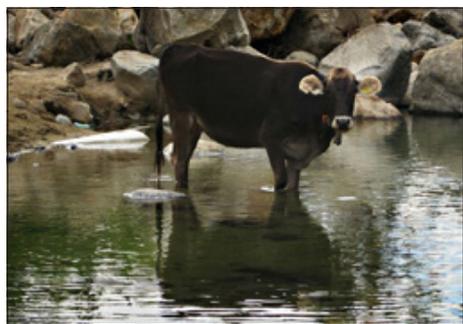
Мы, около семи человек, поехали осматривать землю и составлять план действий. Мы расчистили землю, положили дорожки, сделали террасы, построили маленький домик, в котором мог бы остановиться Ринпоче, однако в те времена Ринпоче предпочитал жить в палатке. В итоге, после того как мы купили землю, у нас ушло примерно шесть месяцев на приведение места в порядок, чтобы все там заработало. Я отвечала за систему водоснабжения. Шесть или семь мужчин взяли на себя строительство и плотницкие работы, другие люди занимались карма-йогой, расчищая землю и прокладывая дороги.

>> продолжение на следующей странице

Ринпоче приехал в августе 1987 года для первого ретрита в Кьонггингаре, «месте парящего Гаруды». [Этот участок относился к охраняемой территории гнездования соколов-сапсанов – прим. ред.]. Насколько я помню, тогда он впервые учил Лонгде. Ретрит продолжался около восьми дней. Мы обсудили с Ринпоче возможности развития этой территории. Архитектор Джин Ким нарисовала несколько планов, и мы представили их округу. Затем произошло первое из целого ряда судебных заседаний: нас было десятеро против примерно пятидесяти человек, которых собрал сосед, переехавший сюда как раз перед началом ретрита и до слушаний ни разу не сообщавший, что есть какие-либо проблемы. Так что на заседании люди попытались помешать нам говорить, заявляя, что они не желают подобного центра в округе. Мы подали три апелляции и представили апелляцию округу, но всякий раз, как мы приезжали на заседание, число противников увеличивалось. Ринпоче сказал: хорошо, мы продадим эту землю, и следует найти место, где будет тепло, чтобы можно было проводить ретриты зимой. Так мы продали Касадело в 1992 году.

### Рождение Западного Цегьялгара

Мы искали участок до 2003 года, когда Джей Кларк нашел по интернету землю для Западного Цегьялгара в Бахе и вместе с Кэрол Филдс, Томом Кларком и Маргарет Брэдфорда поехал посмотреть на нее. Мы использовали деньги от продажи земли в Касадело, чтобы уладить все правовые аспекты и заключить сделки, чтобы получить в дар три тысячи акров в Бахе. В результате мы заплатили за четырехмиллионный участок земли около 55 тысяч долларов. Здесь мы и находимся по сегодняшний день. ©



## История Западного Цегьялгара

**Лори Бауэр и Лиза Морелл**

Фото: Лори Бауэр

Ретритная земля Западного Цегьялгара, исторически называемая местной общиной ранчо Лос Наранхос («Апельсиновое ранчо»), состоит из 3000 акров уникальной тропической пустыни в горах Южной Нижней Калифорнии (Баха Сур), недалеко от моря Кортеса и Тихого океана. Там есть несколько родников, сухое русло реки с непересыхающими бассейнами, гигантские фиговые деревья, много местных пальм, кактусы и великолепные виды. У этой земли есть своя собственная атмосфера, душа и загадка.

Когда Норбу Ринпоче впервые гулял по нетронутой природе этого места в 2004 году, он тщательно присматривался к этой земле. Ему особенно понравились гранитные хребты и скальные образования по дороге к долинам. Он несколько раз отметил, что эта местность в некотором смысле похожа на Дерге в восточном Тибете и на долины беюл – места, скрытые от взора обычных людей.

Тибетская традиция скрытых долин беюл отслеживается со времен Гуру Падмасамбхавы и является не только легендой, но и имеет более прагматическое значение. На сегодняшний день в центральном Кхаме – Дерге, местности, которую иногда называют «Святой

землей Дзогчена», находится культурный и буддийский центр Тибета. Неподалеку от горного региона этой местности расположены тысячи естественных пещер, в которых до сих пор живут практикующие различных традиций. Говорят, что много тайных йогингов достигли реализации в пещерах Беюл Джонг. Места беюл по своей сути всегда были местами жизни общины, будь то махасидх или простых горцев. Сама земля принимала участие в их жизни.

Разумеется, несмотря на то, что такие истории подпитывают наше воображение, мы должны осознавать, что на земле Лос Наранхос возможно не только индивидуальное развитие, но и, что более важно, развитие всей Общины в целом. Вся мировая Дзогчен-община делает свой вклад в это развитие. Мир развивается во многих направлениях, и мы как практикующие несем ответственность за продолжение учения Дзогчен, которое мы получили. Беюл ретритной земли Южной Нижней Калифорнии – это место, предназначенное для нашего будущего, готовое к достижениям.

Если заглянуть вперед лет на десять, то упорные старания небольшой группы людей могут дать начало прекрасным возможностям приветствовать там практикующих, жить и развиваться в лоне этой нетронутой и цветущей природы.

### Последние новости 2015 года

Теперь здесь есть большая новая гомпа с раздвижными панелями, открывающимися наружу, зал для Танца Ваджры, кухня и столовая под открытым небом. 22 домика сдаются для коротких и длинных ретритов как для групп практикующих, так и для индивидуального пользования. Также были сделаны места для кемпинга. Все общиные зоны окружены естественными тропическими и пустынными садами. Община неподалеку от Бахи предлагает широкий выбор программ для всех: в гаре и мест-

>> продолжение на следующей странице





Ретрит с Джимом Вэлби.

Фото: Лорел Беллон.

## Дондрублинг, Беркли, Калифорния

В 1987 году после нескольких успешных ретритов с Чогьялом Намкаем Норбу в Невада-сити, Касадеро, и других местах, его ученики сформировали Дзогчен-общину на Западном побережье: некоммерческую организацию, освобожденную от налогов в соответствии со статьей 501(c)(3) налогового кодекса США, целью которой стало распространение Учения и предоставление возможности доступа к нему всех желающих. Мы были заявлены как церковь, что дало нам возможность приглашать учителей и проводить курсы. Другие общины западного побережья в Портленде, Сиэтле, Лос-Анджелесе и Сан-Диего смогли использовать наш статус некоммерческой организации для проведения ретритов в их районе. Многие годы мы встречались дома у членов Общины для проведения практики, арендуя помещения для таких больших мероприятий, как Янтра-йога, и используя переносную

мандалу для Танца Ваджры.

После большого успеха ретрита в Окленде в мае 2001 года и в связи с возрастающим интересом к практике Дзогчен-община западного побережья обосновалась в Беркли, Калифорния, куда можно легко добраться как на машине, так и на общественном транспорте. Помещение было площадью около 93 квадратных метров и на законном основании могло вместить 50 практикующих. Благодаря огромной помощи талантливых плотников, электриков, художников и других членов Дзогчен-общины, пространство было преобразовано в светлый центр с мандалой для Танца. Дондрублинг распахнул двери в марте 2002 года.

### Дондрублинг

2748 #D Adelne Street  
Berkley, CA 94703  
510.644.2260 voice mail  
aha@dzogchencommunitywest.org  
<http://dzogchencommunitywest.org/>

>> продолжение с предыдущей страницы  
ных городках проходят занятия по Янтра-йоге и Танцу Ваджры. Каждую зиму учителя Дзогчена проводят ретриты в гарае. В этом году ожидается осенний ретрит по базовому уровню СМС, ретрит по практике Мандаравы с Ниной Робинсон на рождество и новогодние каникулы и ретрит по йоге сновидений в феврале 2016 года.

Удивительно, что по территории Западный Цегьялгар является самым большим гаром, хотя численность проживающих там людей самая маленькая. Обычно сначала появляется Община, а затем ищут место, но эта земля была да-

рована Ринпоче в качестве необычайного подношения, после чего туда последовала Дзогчен-община. Нам нужна помощь всех, чтобы развивать это ретритное место, приезжать, практиковать, поддерживать и получать пользу от этого драгоценного прибежища в естественном заповеднике в Южной Нижней Калифорнии.

Мы приглашаем всех сделать подношение, большое или маленькое, и поддержать нас на новой фазе развития, которая вот-вот начнется. Это место для экологического жилья, отдыха и обучения, место, где можно побыть с другими практикующими и жить в здо-

## Пелзомлинг – «Место процветания и победы»

Мехико-Сити, Мексика

Автор: Джорджо Минуццо

В 2005 году после ретритов с Ринпоче в Валье де Браво, Мексика, и в Западном Цегьялгаре некоторые из его учеников начали собираться для совместных практик в Мехико-Сити. В 2006 году Учитель предложил местным практикующим открыть Пелзомлинг, «Место процветания и победы», линг Мехико-Сити, который теперь насчитывает 60 членов Международной Дзогчен-общины.

В то время практикующие встречались в разных местах города. Позже одна из практикующих предложила помещение для регулярных встреч в своем частном доме. Наконец в 2011 году на 30-летию Западного Меригара несколько человек из Мехико-Сити, присутствовавшие на торжестве, поняли всю важность создания публичного линга, для того чтобы Учение стало доступным для большего количества людей. Вернувшись на родину, мы сразу принялись за создание юридической формы местной ассоциации Дзогчен-общины, а также поисками нового места для линга.

Для того чтобы найти подходящее место, мы делали практику Зеленой Тары, и всего лишь через несколько недель регулярной практики в окне одного старого обветшалого здания,

ровом и благоприятном месте с изобилием органических овощей и фруктов, куда так много членов Общины уже вложили свои таланты.

Приезжайте и присоединяйтесь к нам, для того чтобы развивалась инфраструктура этого гара – прекрасного места, где можно расслабиться и возродиться духовно вдали от современного мира. Этот уникальный ресурс мировой Дзогчен-общины является обителью для сохранения и процветания учения Дзогчен в опыте тех, кто с ней связан.

Наши веб-сайты:

[www.tsegyalgarwest.org](http://www.tsegyalgarwest.org) and <http://bajagar.blogspot.mx>



Зал «Каса Дролма».

Фото: Джорджо Минуццо

расположенного очень близко к лингу, появилась вывеска «сдается». Это была старая юридическая школа, которая была закрыта почти 15 лет назад, занимавшая весь первый этаж площадью 380 кв.м. в классическом здании европейского стиля, построенного в начале XX века (в 1914 году).

Само здание, состояние которого было очень плачевным из-за многолетнего забвения, сохранило внутри много разделительных стен, навесные потолки и развалины, оставшиеся от юридической школы. Открытая терраса на крыше здания, достаточно большая, чтобы разместить мандалу для Танца Ваджры, стала окончательным аргументом в пользу выбора этого места для линга.

Было ясно, что расходы на ремонт будут весьма высокими, но размеры и особенности здания удивительным образом подходили для размещения штаб-квартиры Дзогчен-общины Мехико-Сити. Несколько практикующих без колебаний занялись этим проектом, определили архитектурные черты, создали логотип и образ здания, разработали модель управления, которая бы на время переходного периода не слишком перегружала местный ганчи. Небольшая местная сангха с энтузиазмом вкладывала энергию в работу по уборке и покраске здания, в то время как основной работой занималась профессиональная строительная компания.

Дом назвали «Каса Дролма», в честь Зеленой Тары, и через четыре месяца прошла инаугурация линга и была проведена программа по СМС со Стивом Ландсбергом. С того времени здание регулярно используется для практик, кон-



Изготовление намка.

Фото: Джорджо Минуццо

ференций, курсов и ретритов, которые организует Дзогчен-община в нашем городе. В наш линг приезжали такие инструктора, как Джим Вэлби, Костантино Альбини, Нина Робинсон, Гриша Мохин, Элио Гуариско, Анна Нейман, Патрисия Перл, Каролина Минголла, Химена Пьедра, Элиас Каприлес, а некоторые были у нас не один раз. Малкольм Смит и Оса Манелл провели несколько программ по традиционной тибетской медицине, а Фабио Андрико – супервижен по янтра-йоге для некоторых новых инструкторов из Северной Америки. Наконец, в 2013 году наш линг посетил сам Ринпоче и дал наставления по практике созерцания и некоторым танцам Кайта на площадке на крыше здания.

В «Каса Дролма» есть две просторные комнаты для йоги, комната (гомпа) для практики медитации и ганапуджи, книжный магазин, офис, открытое patio, профессионально оборудованная кухня, душевые (для мужчин и женщин), две комнаты для приглашенных инструкторов и/или сдачи в аренду, ма-



Йога-класс Пелзомлинг.

Фото: Карл Степат

газины и большая платформа на крыше для танцевальной мандалы.

В целях поддержания проекта домом управляет администратор, нанятый на неполный рабочий день, который координирует все мероприятия в доме, заботится о его общем состоянии и оплате различных счетов. Один из двух больших залов для йоги арендует студия аштанга-йоги. Другие помещения регулярно сдаются в аренду



Танец на крыше.

Фото: К. Степат

различным организациям или другим буддистским группам. По воскресеньям проводятся регулярные занятия по тансону, классическому и элегантному мексиканскому танцу. 4-6 раз в год все здание целиком арендуется для свадеб или телевизионных агентствами, которые снимают рекламные ролики, или же бизнес-компаниями для тренингов и корпоративов.

## Пелзомлинг

Адрес: Puebla 135, colonia Roma, delegacion Cuauhtemoc, Mexico DF.  
Тел. +52 (55) 55333278  
email: pelzomling@gmail.com

# Как я встретил Чогьяла Намкая Норбу

## Интервью с Мариано Хилем,

6 февраля 2015 года

Мариано Хиль родился 27 ноября 1961 года в Буэнос-Айресе, Аргентина. Он вырос в артистической и музыкальной семье. В возрасте 15 лет он начал официальное музыкальное образование в Национальной музыкальной консерватории. Закончив среднюю школу, он поступил в медицинский институт, который окончил в 1986 году. Он планировал стать психиатром, но, получив стипендию в музыкальном колледже Беркли, переехал в Бостон, чтобы обучаться музыке. В этот момент он начал практиковать медитацию в традиции Тхеравады, обучаясь вместе с Ларри Розенбергом и Нараян Либенсон в Кембриджском Центре медитации и других ретритных центрах. Изучая музыку в Беркли, он работал преподавателем музыки и в качестве иллюстратора получил несколько заказов на портреты своих музыкантов. В 1993 году он встретил Чогьяла Намкая Норбу и с тех пор является его учеником. В 1995 году он сдал экзамен по Основе Санги Маха Сангхи, а в 2015 году стал инструктором СМС. Мариано продолжает писать и исполнять музыку, делает выставки своих картин и начал проводить свои первые еженедельные курсы по СМС в Кундроллинге, Нью-Йорк. Он живет в Бруклине со своим сыном Себастьяном, который играет на трубе.

**«Зеркало»:** Расскажите, пожалуйста, немного о том, как вы встретили Чогьяла Намкая Норбу, о своей жизни, детстве и о том, что привело вас к Учению.

**Мариано Хиль:** Впервые я соприкоснулся с Чогьялом Намкаем Норбу Ринпоче через его книги. Я практиковал в традиции Тхеравады в медитационном центре в Кембридже, штат Массачусетс, и посещал ретриты. Я переехал в Бостон сразу после получения медицинского образования в Буэнос-Айресе, Аргентина, выиграв стипендию на обучение

музыке в музыкальном колледже Беркли в Бостоне. В моей жизни произошли большие перемены. Я планировал стать психиатром или исследователем и интересовался неврологией и психоанализом. Я изучал философию и интересовался работой ума. Когда я прибыл в Бостон, я открыл для себя буддийское учение и сразу почувствовал себя как дома: это было то, что я искал.

Я начал делать ретриты по безмолвной медитации. В какой-то момент во время этих долгих сидячих ретритов у меня случился опыт, связанный с умом, который мне больше всего запомнился. В частности, я наблюдал за своими мыслями: из чего сделаны мысли, что они собой представляют, где они, откуда они пришли. Я был практически одержим этим. Не то чтобы мои учителя просили меня об этом: это было больше мое личное увлечение. Когда я стал этим заниматься, что-то во мне полностью открылось: я начал испытывать очень сильные переживания, и моя практика стала очень стабильной.

**«Зеркало»:** Какие методы вы использовали?

**Мариано Хиль:** Эти наставления были, в основном, связаны с наставлениями Будды из Палийского канона: осознанное дыхание и практика внимательности. Они были очень просты и понятны, и сначала я им безоговорочно следовал. Это помогло в физическом смысле, в частности, улучшило осанку и замедлило мой мыслительный процесс, что позволило начать наблюдать свой ум. Я помню, как читал Кришнамурти и других учителей, которые говорили: «Наблюдайте свой ум». Я недоумевал: «Что это? О чем они говорят?» Затем, после выполнения этих ретритов, я заметил, что могу это делать. В какой-то момент я получил очень сильные переживания, которые затем стали надежными и стабильными, после чего я мог погружаться в шаматху гораздо глубже... Слово мой ум был в состоянии фокусироваться без отвлечений.

Так я практиковал около шести лет. Годы шли, а я все пытался понять этот



опыт, связанный с движением и оставлением объекта фиксации, при помощи мыслей.

**З:** Вы говорили с учителями по этому поводу?

**МХ:** Да. Тем не менее, мои учителя хотя и были очень полезны, не давали мне ответов о том, что происходит при наблюдении мысли, возвращая меня назад к более сознательной практике наблюдения за дыханием с применением усилия. Я чувствовал, что что-то открывалось для меня именно тем образом, который я хотел лучше понять, поэтому я начал искать книги...

Я пропускал все перерывы во время ретрита и мог сидеть часами без остановки, потому что, как только я входил в очень стабильную шаматху, я не чувствовал потребности двигаться. Это был блаженный опыт, и я очень привязался к нему, но чувствовал, что мне не хватает какого-то понимания, которое помогло бы мне двигаться дальше или же увидеть мои препятствия. Поэтому я стал читать, и, только столкнувшись с тибетским буддизмом, нашел ответы на некоторые вопросы. Сначала я был немного сдержан по отношению к тибетским учениям, потому что не понимал саму идею ритуалов и религии. Возможно, первыми книгами, которые я прочитал, были книги Тругпы, Ламы Еше, Тартанга Тулку, в которых говорилось о наблюдении за умом. Это меня очень вдохновило. Узнав, что в Бостоне есть сакьяпинский учитель, я решил с ним встретиться. Он изучал очень академические труды по Сутре, но у меня не получилось установить с ним связь

и найти то, что я искал, потому что я исходил из своего опыта практики. В одном из таких кругов я встретил Малкольма Смита. У него оказалась книга, в которой, по моим ощущениям, могла быть нужная мне информация.

**«Зеркало»:** И что это была за книга?

**МХ:** Сначала Малкольм был очень закрытым, и он сказал, что я еще не готов к этому и что я должен сначала изучить это и то, но я сказал: «Мне нужно посмотреть, что эта за книга». Это был «Круг дня и ночи» Чогьяла Намкай Норбу. Я нашел книгу и также узнал, что Намкай Норбу здравствует, о чем даже не подозревал, потому что он мог

по прямому введению и стабилизации этого состояния. Она стала «моей» на много лет. Я читал ее, наверное, раз сто. Читал ежедневно в качестве практики.

Тогда я решил узнать побольше о Дзогчене, нашел номер телефона, по которому позвонил, и Дес Барри ответил, что, да, в Бостоне есть люди, и я начал с ними практиковать. Я чувствовал, что это мой учитель и мне не нужно искать дальше. Я просто чувствовал, что это было то, что нужно, не только с точки зрения доверия к учителю, но то, что это те самые учения. Я чувствовал, что дальше некуда идти, поиск окончен, я установил контакт и можно дальше развиваться. Я выяснил, что Ринпо-

этом.

**Мариано Хиль:** Да, я проучился шесть лет в медицинской школе в Аргентине, откуда я родом. Но на пятом курсе я пережил большой кризис, который, как сейчас мне кажется, был тем самым перерывом, что позволил мне встретиться с учением. До этого я гораздо больше интересовался умом и очень тяготел к науке и психоанализу. Мне также нравилась музыка, искусство, философия и поэзия.

**З:** Можно сказать, что, поступив в медицинскую школу, вы пережили так называемую «темную ночь души»?

**МХ:** Да, я думаю, это было сочетание



Чогьял Намкай Норбу и Мариано играют вместе на флейте в Кхандролинге.

оказаться учителем из прошлого. Но он не только был жив: у него даже были какие-то ученики в Бостоне. Так я получил книгу и сразу стал ее читать. Это было в 1991 году.

**«Зеркало»:** В то время вы поступили в музыкальный колледж Беркли?

**Мариано Хиль:** Да, я жил рядом с центром медитации и увлеченно посещал утренние и вечерние сессии, но я стал немного рассеянным, и мой учитель был недоволен вопросами, которые я ему задавал. Когда я начал читать «Цикл дня и ночи», я стал получать опыт, который был очень схож с тем, что случался после часов сидения в течении десяти дней безмолвного ретрита, только он был спонтанным, он мог просто происходить, как будто кто-то схватил меня за руку. Книга содержит наставления

че приезжает в Массачусетс, и в 1992 году поехал на ретрит, проходивший в средней школе во время большой весенней метели. В присутствии учителя подтверждался пережитый мной опыт, но также было много вещей, которые были для меня неясны: например, все, что относилось к Ваджраяне. Я был очень заинтригован многими вещами, но когда я слышал, как Чогьял Намкай Норбу говорит, все становилось кристально ясным. Впервые я понял разницу между трансформацией и отречением и почему мы применяем все эти вещи в Тантре. То, что до сих пор казалось немного диковинным, стало очень конкретным и применимым.

**«Зеркало»:** До этого вы учились на врача и от всего отказались, чтобы заняться музыкой. Расскажите немного об

нескольких вещей. Мой лучший друг покончил жизнь самоубийством, когда мне было около восемнадцати или девятнадцати. Мы вместе изучали науки и оба пытались выяснить тайны жизни. Мы оба были очень молоды и идеалистичны. Он был удивительным человеком, и мы с ним очень ладили. Так что, когда он покончил жизнь самоубийством, я был опустошен. Ему поставили диагноз «шизофрения», что также послужило для меня стимулом стать психиатром, чтобы понять, чем является шизофрения, и помогать людям. Тогда я также попал в очень серьезную аварию. Мы возвращались с концерта, кто-то нас подвозил, и, не знаю почему, я предчувствовал, что что-то случится. Все заснуло, а затем в какой-то момент я увидел парня, идущего по направлению

>> продолжение на следующей странице

>> продолжение с предыдущей страницы

к машине впереди нас. Я подумал, что, черт возьми, происходит, и заметил, что наш водитель заснул и мы врезались в автомобиль перед нами. С нами ничего не случилось, но все люди оказались на мне и я не мог дышать. Я был очень напуган и запаниковал. На мне лежала куча людей, и потребовалось много времени, чтобы встать. Я не мог дышать, поэтому думал, что умираю. Наша машина перевернулась на моих глазах, и я уже попрощался с жизнью... Даже после аварии думал, что умру, и все ждал, когда звезды погаснут. Казалось, эта авария была ниспослана мне.

Следующим предметом, который мы стали изучать в медицинской школе, была нейрохирургия. Я был уже в значительной степени ипохондриком, потому что приходилось столько изучать о болезнях и причинах смерти. Я был

была такая смесь. Я не спал, переживал приступы паники и чувствовал, что могу умереть. Между тем, нужно было много учиться, чтобы сдать экзамены, и я провел много бессонных ночей. Поэтому те два месяца для меня были какими-то невыносимыми. Я ходил к психоаналитику три раза в неделю, что является нормой во время освоения этой профессии. Почувствовав себя плохо, я стал ходить четыре раза в неделю. Постепенно мне становилось лучше, но в какой-то момент терапия перестала иметь смысл. Доктор продолжал свои интерпретации, и я сказал, хорошо, вы можете интерпретировать до конца вашей жизни, но я на этом закончу. Я остался в медицинской школе, не зная, в каком направлении идти дальше. Наконец, все вроде успокоилось, и я выпустился из школы.

Через две недели после окончания

стера классической флейты Альфредо Ианелли. Тогда я начал изучать больше джаз, джемы, импровизации. Мне так хотелось учиться в музыкальной школе Беркли. Я хотел взять отпуск на год. В любом случае, прежде чем переезжать, я решил поучиться один семестр в Беркли. После семестра в Беркли я ни разу не вспомнил о медицине, так что я остался. Затем я познакомился с центром медитации и т.д., и все это привело меня к Чогьялу Намкаю Норбу.

Я также всегда рисовал и писал картины: моя семья была очень творческой. Я не чувствовал себя таким талантливым, как окружавшие меня люди, но я нашел способ визуально выражать себя, а затем в Бостоне зарабатывал этим на жизнь. Я сделал дизайн футболок для колледжа Беркли, написал много портретов музыкантов в собственном стиле. Я провел несколько выставок, и кто-то, увидев мои работы, нанял меня для журнала. Когда я переехал в Нью-Йорк, какие-то музыканты увидели мои рисунки и наняли меня для работы в мультипликационной студии.

«Зеркало»: Как же вы переехали в Нью-Йорк?

**Мариано Хиль:** Все лучшие музыканты, которых я повстречал в Бостоне, переезжали в Нью-Йорк, и я тоже решил переехать. Еще в Буэнос-Айресе я окончил музыкальную школу и играл с группами и в клубах. Многие из джазовых музыкантов, знакомых мне по Бостону, впоследствии стали очень известными, и это было очень особенное время для джаза. Сначала я мало играл в Нью-Йорке, потому что мне нужно было зарабатывать на жизнь и работа взяла свое: я делал иллюстрации и компьютерную графику, сделал много CD-обложек. Также у меня есть несколько учеников, которым я даю частные уроки по музыке, а три года назад я начал преподавать шахматы в частных школах для детей.

«Зеркало»: Расскажите немного о том, как учение повлияло на вашу музыку и



Мариано (справа) с Линн и Майклом на экзаменах по Санти Маха Сангхе, Тенерифе.

из тех студентов, которые желают взять на себя все болезни. Некоторые студенты были из тех, которые, надев белые халаты врача, сразу дистанцируются. Я не мог поступать так с пациентами или во время обучения. Я был немного сумасшедшим в этом смысле. К тому же, помимо медицинской литературы, я читал такие сложные вещи, как работы Витгенштейна, Лакана, Геделя... Это

медицинской школы музыкальный колледж Беркли из Бостона провел десятидневный курс в Аргентине, в завершении вручив стипендии. Я уже был музыкантом и, получив стипендию, решил сделать перерыв и поучиться семестр или что-то подобное. Я играл музыку с самого раннего возраста и, когда мне было пятнадцать, пошел в консерваторию и учился у великого ма-



Тигр в исполнении Мариано Хилья.



Лев в исполнении Мариано Хилья.



Мариано со своими картинами.

изобразительное искусство.

**МХ:** Для меня это работает в обе стороны: вероятно, музыка и искусство открыли для меня новые возможности, что привело меня к буддийскому учению и медитации, а затем, наконец, к Дзогчену и учениям Чогьяла Намкая Норбу. Начав практиковать Дзогчен, я стал понимать, что идеальный ум музыканта означает, во многом, полную интеграцию со звуком. Например, джаз может иметь репутацию интеллектуальной музыки, и можно идти интеллектуальным путем, то есть постигать его вначале интеллектуально. Хотя я не думаю, что традиционно джаз развивался таким образом. Он пришел из блюза и представлял собой сильную устную традицию, которая была утеряна и, может быть, многие люди не любят джаз, потому что он не тот, что прежде. Но когда вы исполняете музыку и так называемую импровизацию, которая также зачастую неправильно понимается... Это не значит делать все, что хочется и когда хочется. Это значит быть в присутствии, чтобы вы смогли объединиться с вашим знанием музыки, традиции, а также с музыкантами вокруг вас и откликнуться, сделав что-то органичное в этот момент. Поэтому, находясь в вашей голове, вы отрезаны от музыкантов вокруг вас и аудитории. Я много раз слышал, как музыканты, которые не являются практикующими, описывая свой опыт, говорят о состоянии отсутствия «я», или о моменте, когда они могут оставить все свои идеи, похожем на то, как будто не они играют музыку, а музыка играет ими. Словно

их пальцы откликаются на нее.

Что касается изобразительного искусства, оно происходит из моей семьи. Должен сказать, что я большой самоучка. Мне всегда было очень интересно буддийское искусство, и мне нравятся изображения, которые я видел в тибетских медицинских текстах. Мне нравится, как изображаются животные. Наверно, у меня никогда не было реалистичного подхода к рисованию, и я чувствую, что всегда что-то, так или иначе, привносится в реальность. Это не что-то математически совершенное или что-то в этом роде: всегда есть какая-то призма. Так что я изобразил некоторых животных по-своему.

**«Зеркало»:** Вы только что стали инструктором Базового уровня Санти Маха Сангхи здесь, в Дзамлинг Гаре, Тенерифе. Не хотите в заключении рассказать немного об этом опыте?

**Мариано Хилья:** Это был большой опыт, который многому меня научил. Я сдал базовый экзамен и прошел тренинг двадцать лет назад. Я всегда держал это в памяти, но из-за разных занятий и моего отцовства всегда были какие-то трудности. Я чувствовал, что важно получить полномочия, чтобы помогать людям честно и правильно. Подготовка была по-настоящему трудной, и с тех пор прошло много времени, но я был очень вдохновлен, снова усердно занимаясь и используя свою память в таком занятии. Задача, заключающаяся в том, чтобы дать объяснения перед Ринпоче и членами общины, стала для меня замечательным опытом.

Во время экзаменов я встретил удивительных людей, и все мы очень поддерживали друг друга, понимая, каким вызовом являются для нас этот экзамен и та ответственность, которая ложится на нас после этого обязательства. Это было действительно здорово. Теперь я возвращаюсь в Нью-Йорк и Кундроллинг. У Кундроллинга сейчас есть некоторые финансовые проблемы, но я очень верю в Общину. На моих глазах происходили большие изменения, и я чувствую, что Нью-Йоркская Община находится в прекрасном месте: есть энергия, никто не ругается, все помогают друг другу узнавать больше и выходить за пределы. Надеюсь, у нас получится организовать регулярные учебные курсы. Кажется, что Нью-Йорк является важным местом: здесь много вещей, привлекающих внимание. Поэтому я думаю, для нашего центра важно, чтобы было что предложить, и я думаю, там есть много замечательных людей. В Нью-Йорке очень много талантливых людей, в Квинсе есть тибетская община. Поэтому я надеюсь, что мы сможем объединить наши организации и сотрудничать, поддерживая жизнь нашего центра.



THE MIRROR  
Newspaper of the International Dzogchen Community

# Все читают «Зеркало»

[www.ru.melong.com](http://www.ru.melong.com)



Читайте новости  
Международной Дзогчен-  
Общины Чогьяла Намкая  
Норбу онлайн на:  
[www.ru.melong.com](http://www.ru.melong.com)