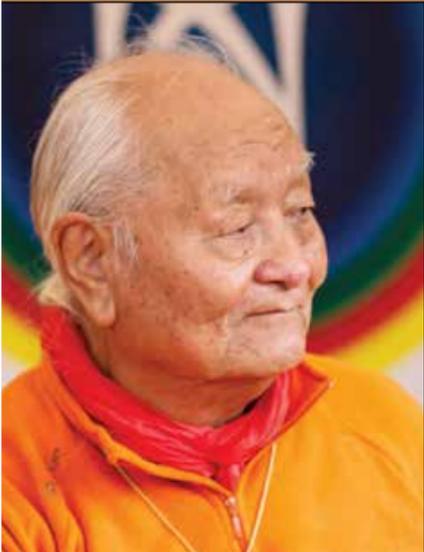


Предстоящие ретриты с Чогьял Намкай Норбу


2013

 22–28 марта
 Аргентина
 Южный Ташигар
 Ретрит по Учению
 Симхамукхи Аю Кхандро

 1–8 апреля
 Тренинг по Санти Маха Сангхе

 19–21 апреля
 Перу, Лима
 Обстоятельства настоящего
 времени – Опыт Дзогчен

 26–28 апреля
 ретрит в Мексике

 8–12 мая
 Мексика, Южная Нижняя
 Калифорния
 «Свет Мудрости Основы». Отель
 Buena Vista Beach Resort.
 Закрытый вебкаст.

 17–19 мая
 США, Лос-Анджелес
 Упадеша Дзогчен «Для
 освобождения болезней тела»,
 Ten-zhi Lus-kyi Gegs-sel

 24–26 мая
 США, Мандала Тары,
 Пагоса Спрингс, СО
 место проведения уточняется

 31 мая – 2 июня 2013 г
 США, Нью-Йорк
 Лонгсал Ати Gongpra Ngosprod

>> продолжение на странице 5



Ретрит прошел в просторной «Гомпе» Гранд Отель Каллао

Фото: М. Фармер

Наслаждаясь состоянием полного счастья....

Элиза Копелло

Каждый раз, когда я возвращаюсь из Тенерифе, я чувствую желание вернуться как можно скорее. Я чувствую ностальгию по этому особому месту, находящемуся во власти вулкана и стихий, которые проявляются со всей своей энергией. Но на этот раз это чувство было другое, сильнее и сопровождалось чувством принадлежности к знанию, что через несколько месяцев у нас будет первый ретрит на нашей собственной земле на этом острове. Таким образом, Ритрит по практике Мандаравы был последним, который был организован в другом месте, в частности, в Гранд Отеле Кальяо, с его приятными и красочными бассейнами и пышной окружающей природой.

Организация ретрита была действительно совершенной, и большая группа студентов разнообразно сотрудничала, чтобы сделать условия приятными и непринужденными. Было более 600 человек со всего мира, из них – очень боль-

шой процент практикующих из России и стран Восточной Европы. Было много знакомых лиц, но также более обычного – совершенно новых участников. В календаре мероприятий: великолепные утренние учения Ринпоче, сопровождавшиеся ценными советами и полезными напоминаниями как для новых, так и старых практиков; практики, проводившиеся попеременно Ниной Робинсон и Анален Галь, а во второй половине дня – инструкции по мудрам, визуализации и мелодии с ними обеими, а также замечательный урок Фабио Андрико по разъяснению Кумбаки. Потом, Янтра-йога утром и Танец Трех Ваджр после полудня. Другие дни, во второй половине, были посвящены тибетским танцам под руководством Церинг Долькер, Тогьял Гонце и Адрианы Даль Борго, безграничное терпение и умения которых руководили многочисленной группой практиков, которые хотели принять участие в «представлении» под

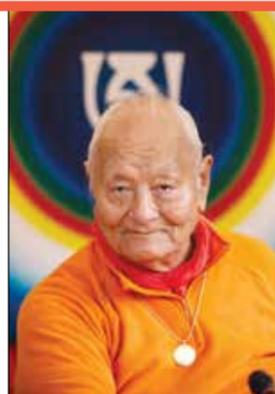
бдительным и веселым взглядом Ринпоче после ганапудж, а также в других случаях до и после ретрита.

Ринпоче неоднократно подчеркивал важность изучения тибетских танцев и песен как дань уважения и обязательство поддерживать культуру, находящуюся на грани исчезновения. В частности, песни часто являются трогательными свидетельствами любви тибетцев к своей земле, их религиозного духа, их преданности Его Святейшеству Далай-ламе и их гордости быть народом с богатыми традициями и древней культурой. Сейчас Ринпоче записал 108 песен и Адриана изучила шаги двадцати танцев, которые были одобрены Мастером, хотя, конечно, другие тоже будут добавлены. Песни и танцы проходили в особенно радостной и праздничной атмосфере, в которой многие люди, молодые и старые, танцевали в течение нескольких часов, неустанно и с энтузи-

>> продолжение на странице 5

Содержание

Ретрит Мандаравы	стр. 2	Фокус на Тибетской Астрологии	стр. 6–9
От редакции	стр. 3	Творцы: Бепе Гойа	стр. 9–10
ASIA Onlus	стр. 4	Новости Международной Дзогчен-общины	стр. 15–22
ИШШ	стр. 5	Как я встретил Учителя	стр. 28





Ретрит по Мандараве, Тенерифе

Февраль 15–25, 2013

Выдержка из Дня 3 Учения

02.17.2013

Добрый день все и повсюду. Сегодня мы изучим, как мы делаем практику Мандаравы. Эта практика Мандаравы, главным образом, является практикой долгой жизни. Основа практики называется Джнянадакини, так что Мандарава это часть учения Джнянадакини. Эта практика особым образом проявилась для достижения долгой жизни. Коренной текст связан с Гуру Падмасамбхавой и его супругой Мандаравой. Я немного расскажу вам о его происхождении.

В Непале есть знаменитое место, называемое Маратика. Там много священных мест, но Маратика очень особенное место, связанное с Гуру Падмасамбхавой. В биографии Гуру Падмасамбхавы и его супруги Мандаравы они были в Маратике и делали практику Будды Амитаюса – Будды Амитаюса в различных аспектах проявления Пяти Дхьяни Будд. Это в частности практика долгой жизни. Поэтому мы подумали, что это место очень важное, и мы должны поехать в Непал и посетить это место. Еще одна причина для этого состояла в том, что в это время меня пригласил один монастырь в Непале, и я подумал, что это был бы удобный случай совместить визит в монастырь и поездку в Маратику. Тогда конечно мы думали, что когда мы поедем в Маратику, мы будем делать практику долгой жизни. Исторически говорится, что Гуру Падмасамбхава и Мандарава достигли бессмертия, и они реализовали это в Маратике, но я не знал какую практику долгой жизни нам следует делать, когда мы туда прибудем.

Я вспомнил, как я получал учение от моего учителя Аю Кхандро, когда был в Тибете. Аю Кхандро была ученицей первого Джамьянга Кьенце Вангпо и Нягла Пэма Дудула, и многих других важных учителей. Когда я получал учения от Аю Кхандро, я пошел к ней в частности потому, что когда я был в колледже, мой учитель сказал мне, что я должен получить посвящение Ваджрайогини от нее. Так что я пошел получить посвящение Ваджрайогини, потому что не знал Аю Кхандро и с какими учениями она была связана. В нашей местности Аю Кхандро была известна, но не как известный учитель, к которому люди идут получить учение. Все считали, что она делает темный ретрит всю свою жизнь, и что она делает защитные шнуры – черные, которые очень нравились тибетцам. Я никогда не встречался с ней, но у меня был такой защитный шнур. Аю Кхандро жила в маленьком монастыре, который принадлежал традиции Сакьяпа, так что я думал, что она была практиком Сакьяпа. Также Ваджрайогини принадлежит традиции Сакьяпа.

Когда я приехал к Аю Кхандро, я дал ей мое письмо из колледжа, в котором говорилось, что я прибыл получить посвящение Ваджрайогини. Я сказал ей, что я приехал потому, что она имеет передачу этого учения от первого Джамьянга Кьенце, и по этой причине мой учитель из колледжа послал меня к ней. Когда она прочитала это письмо, она сказала: «О, ты учишься в колледже, ученик Кенпо Кхенраба (мой учитель был очень известным учеником), и также ты перерожденец, и образованный, а я всего лишь старая женщина, что я могу дать тебе?» Казалось, что она представляет себя очень скромным образом. Потом я подумал, что может быть она не хочет давать мне учение. В любом случае, мы с ней встретились в тот день. Поблизости там был Сакьяпинский монастырь и там мы поставили свои палатки и переночевали. Я не был уверен, даст она мне учение или нет, но мы снова попытались на следующий день.

Когда мы прибыли на следующий день, перед завтраком, она прислала монахиню, которая обслуживала ее и свою племянницу, очень молодую женщину. Они принесли сыр, йогурт и прочее. И они сказали, что Кандро передала все это и просила меня зайти и позавтракать вместе с ней. Я пошел к ней, мы завтракали вместе и она сказала: «О, этой ночью, мне снился мой учитель Жамьян Кьенце Вангпо». Она была молода, когда по-



Фото: М.Норегер

встречалась с Жамьяном Кьенце Вангпо. Она не могла встретиться с ним в течение многих дней, так как он делал личный ретрит. Она и ее друг ждали несколько дней. В один прекрасный день, Кьенце Вангпо позвал их и дал им учение, называемое Кандро Сангду. Это его учение-терма, Кандро значит «все дакини», сангду значит «единство всех тайных учений дакинь». В основном, это практика Дордже Палмо. Так, это серия из трех-четырех посвящений, одно из них – главное посвящение, а другие больше относятся к мантрам действия. В этом учении есть замечательные наставления: цалунг, кумбхака, дыхание. Я запомнил, замечательные наставления. Как бы то ни было, Аю Кандро приснился Кьенце Вангпо и он посоветовал передать мне учение Кандро Сангду. Это была не Ваджрайогини, но я был очень счастлив. Я конечно сказал, – «я очень счастлив», – и спросил что нам нужно делать. Аю Кандро сказала, что нам необходимо два-три дня для подготовки. В этом монастыре был кхенпо, ученик Аю Кандро. И она сказала, что нам нужно попросить этого кхенпо приготовить все, так как она не сможет ничего приготовить.

Понимаете, Аю Кандро не была молодой женщиной, но так же, не была простой старой женщиной. Когда она давала мне учение, ей было 113 лет. И она не была старухой, которая ничего не понимает, нет, не так. Она была очень активной и к тому же обладала ясностью. Итак, я пошел к кхенпо и попросил его помочь. Он тоже был очень счастлив, он никогда не получал учение Кандро Сангду и был очень рад сотрудничать. Мы нашли все необходимое для приготовления *торма* и подношения, мы подготовили все.

Настал день дакини и она начала давать учение. После этого, было много других учений. Когда она заканчивала учение, я всегда спрашивал Аю Кандро о ее жизни: чем она занималась, где путешествовала, каких встретила учителей, какие учения получила... Она всегда объясняла, что получила это и другое учение, и я говорил, что мне тоже интересны эти учения. Каждый раз я просил эти учения и получил много учений от Аю Кандро. Обычно, Аю Кандро не давала учение большому количеству учеников, она делала личный ретрит, жила в темноте, где было всего несколько лампадок. Но когда мы находились там, она использовала больше лампадок. Еще я спросил ее, почему она делает темный ретрит. И она рассказала мне: когда она ходила в Центральный Тибет, то встретила знаменитого учителя Трулжиг Ринпоче, одного из Трулжиг, того периода, очень знаменитого в практике *янгтиг*. Она получила наставления и в дальнейшем была намерена практиковать это. И после смерти своего учителя

Жамьяна Кьенце Вангпо, она посвятила всю оставшуюся жизнь ретриту и начала делать темный ретрит.

Так же она рассказала, что когда была совсем молодой, путешествовала из местности Жамьяна Кьенце Вангпо в местность Нягла Пема Дудула и получила все передачи и учения, называемые Качаг Рангдрол, серию учений Нягла Пема Дудула. Так, я попросил передать это учение и получил весь Качаг Рангдрол от Аю Кандро. В Качаг Рангдрол есть серия практик Гуру Амитаюса. Это Гуру Амитаюс в форме Гуру Падмасамбхавы, Гуру Падмасамбхава выполнял практику Гуру Амитаюса. Гуру Падмасамбхава получил эту практику в Маратике. Поэтому, он вложил это учение *отерма*, для будущего.

Позднее, это *терма* открыл Нягла Пема Дудул. Так я получил это учение от Аю Кандро. Еще я получил передачу этого учения от сына моего учителя Чангчуба Дорже, потому что в местности моего учителя Чангчуба Дорже, ежегодно проходила семидневная практика долгой жизни Гуру Амитаюса и они делали практику Нягла Пема Дудула. Когда я был там и делал эту практику, Гурге Ринпоче дал много передач для людей, которые не имели передач и я тоже их получил. Это о том, как эти практики связаны.

Я вспомнил это и подумал, что если мы поедем в Маратику, то мы должны делать эту практику до того, как мы поедем в Непал. Так что в Меригаре я подготовил все эти книги практик, также для западных людей, потому что куда бы я ни поехал, там всегда много западных людей. Я знаю это, и мы подготовили транскрипцию практики Гуру Амитаюса. Это была наша цель и то, зачем мы туда поехали. Но конечно, перед тем как поехать в Маратику, мы съездили в монастырь на севере Непала, называемый Толу, и провели там ретрит.

Мы поехали в Толу и провели ретрит и учение. И после Толу мы поехали в Маратику. Когда мы были в Толу, у меня было много интересных снов. Это был один из первых снов, которые у меня были о моем дяде Кьенце Ринпоче. От моего дяди я получил очень важное учение Дзогчен – Ньинтиг Яжи. Это серия сущностных учений Дзогчен и я также получил много других учений от него. Во сне он сказал мне поехать в Маратику в это время. Там есть место Гуру Падмасамбхавы и это важное место для практики долгой жизни. Тогда я сказал, что я знаю это, и я уже подготовил практику из учения *терма* Нягла Пэма Дудула и мы хотим делать эту практику. Мой дядя сказал, что это важно, но также в это время вы должны делать практику долгой жизни Пяти Дакини. И я спросил его что это за практика долгой жизни Пяти Дакини,

>> продолжение на следующей странице

Стихотворение к Лосару

Это заря Эры Водолея

Те долгожданные *communitas*, с панацеей всеобщей любви,
Предназначенные отпереть жесткие сердца.

Пусть водяные змеи торпедируют своими головами-перископами,
Толкая наше видение за пределы нормы, к избавлению
От фиксаций, умопостроений и вульгарных мыслей – нашей
обыденной несвежей диеты.

Давайте привнесем наши дневные тревоги в сверкающую
реальность самопроявления,
Сбросим кожу; обменяем наше самодовольство на мудрость,
Пробудимся к нескончаемой свежести
Подлинного освобождения ума.

Пусть все существа извлекут щедрый подарок их врожденного
сокровища
И разделят благодать гармонии,
Окончательно освобожденную, когда любовь будет править
звездами.

Жаклин Дженс
Рассвет,
Восточный Цегьялгар
11 февраля 2013

Перевод: Роксана Катъшева
Редактирование: Наталья Таликова

>> начало на предыдущей странице

потому что я ничего о ней не знал. Мой учитель ответил, что когда я туда приеду, то смогу получить точные указания. Затем он показал мне лист бумаги и сказал, что это главная основа этих учений. Когда я посмотрел на этот лист, там были эти пять слогов – Бам, Ха, Ри, Ни, Са, и это было очень важное указание.

Когда я прибыл в Маратику, мы готовились делать эту практику и там была пещера Мандаравы. Там две пещеры, одна называется пещера Гуру Падмасамбхавы, и вторая пещера Мандаравы. В пещеру Гуру Падмасамбхавы был организованный доступ, и там все было не так просто. Но пещера Мандаравы была полностью свободна, там не было никого внутри и никто ничего не контролировал, поэтому мы пошли внутрь и немного там прибрали, мы хотели делать там практику; мы очень хорошо подготовились, чтобы делать эту практику долгой жизни Нянгла Пэма Дудула. И затем, когда мы начали эту практику, конечно, я думал, что мы должны что-то сделать и мне не только следует дать лунг этой практики. Может быть, сделать что-нибудь вроде донванга, но у меня не было точных указаний.

По поводу этой идеи мне приснился сон. Во сне мы были в этой пещере, и я давал посвящение всем моим ученикам. Посвящение было очень интересное и в нем были некоторые указания, как делать практику Мандаравы, но мы не делали эту практику, потому что не знали как. Потом эта практика Мандаравы должна была появиться; когда я закончил давать посвящение, там была дакини, похожая на Экаджати, и пока я давал это посвящение она мне помогала. Когда посвящение было закончено, она дала мне что-то вроде *дромбу*. *Дромбу* это нечто вроде яйца для *терма*, часто *терма* появляются из *дромбу*. Иногда *тертоны* находили *дромбу*. В особый день, особое время, этот *дромбу* открывался и из него выходили семенные слоги, связанные с этим *терма*. Это один из аспектов того, как появляются учения *терма*, и многие учения *терма* связаны с *дромбу*.

Я приведу вам пример *дромбу*. Однажды, мой дядя Кьенце обнаружил *дромбу*. Я присутствовал при этом. Летом, когда у нас были каникулы в колледже, я поехал повидать моего дядю Кьенце Ринпоче. Кьенце Ринпоче сказал мне, что он получил указания от охранителей, что есть *терма* в *дромбу*, которое должно быть открыто. Его следовало открыть публично. Он показал мне указания и когда я прочел их, я узнал, что мы должны поехать в местность, расположенную не очень далеко, мы могли добраться туда за один день, путешествуя на лошадах. Мы приехали в это место. И там была пещера, священное место, и рядом с этой пещерой на скале можно было

увидеть букву А, которая образовывалась тенью, если посмотреть на эту скалу после полудня. Это было точное указание, где находится пещера. И также была точная дата. *Терма* было в *дромбу*. Говорилось, что это *терма* было важным для этого времени. Революция тогда еще не началась. Так что это что-то очень полезное для страны и учения. И я спросил дядю, будем ли мы это делать. Мы должны поехать в указанную дату и открыть.

Он сказал, что немного боялся, так как все связано с обстоятельствами. Он беспокоился, что может быть он не сможет открыть *терма* в связи с обстоятельствами, а также много людей придет на это посмотреть и если он не сможет открыть *терма*, то, что тогда он будет делать? Я сказал ему не беспокоится, не надо бояться, когда охранители указывают таким образом, все будет нормально. Он толком не решился, но решился я. На это было указание в книге тайных знаков, но я поставил всех в известность и рассказал всем, где обнаружится это *терма*, и в какое время и куда нам следует идти. Так что об этом стало известно и много людей, монахов и мирян собирались прийти. Заинтересовалось много людей.

В первый день мы покинули Галентинг и отправились в Лалунг Тханг. Мы остались там и делали санг и серчем. Было все еще далеко. После мы прибыли и там было не слишком много места, чтобы разместить навесы, но каким-то образом у всех получилось поместиться туда. Тогда на следующий день мы отправились взглянуть на отвес скалы, я вел и старался найти нужное место. Мы его обнаружили, тени в том месте походили на слог А. Было сложно забираться туда, там было много кустов и никакой дороги. Мы попросили всех помочь в приготовлении дороги, и там было так много людей, что все было с легкостью приготовлено. Через два дня мы совершенным образом смогли попасть в это место.

Теперь, когда мы добрались в это место, у нас был еще один день, но как мы могли приглашать моего дядю, ведь он не мог ходить или ездить верхом? Дорога была очень узкой и вот, в этот день, мы всё организовали и как-то доставили к этому месту моего дядю. Мы подготовили Ганапуджу с тремя корнями учения Джамьянга Кьенце Вангпо. Мы сделали очень хорошую Ганапуджу; на ней было много монахов отовсюду. Время подходило к тому, чтобы обнаружить *дромбу*. Когда уже почти настал нужный момент, мы не были уверены, что следует делать – это должен был знать мой дядя. Мы узнали у него, что ему нужно. Он сказал, что ему понадобится небольшая кирка, чтобы попасть ею в скалу и поднялся, чтобы подойти поближе. Он сказал всем сосредоточиться на Гуру Падмасамбхаве и начать читать мантру Гуру Падмасамбхавы.

От редакции

В этом выпуске мы хотели бы выразить всем нашим читателям много добрых пожеланий здоровья и процветания в новом Тибетском лунном году Водяной Змеи, который наступил 11 февраля 2013 года. Наступление нового года знаменует собой время начала новых направлений и тенденций, как на глобальном, так и на индивидуальном уровне. Тибетский астролог Тензин Цеванг Джамлингпа из Дхармасалы объяснил некоторые аспекты года Водяной Змеи в статье про Тибетскую Астрологию.

Поскольку в декабре 2012 мы стали свидетелями покупки Всемирного Гара – Дзамлинг Гара на Тенерифе, Испания, то этот новый год мы начинаем с первыми планами по его развитию, ведь новый Гар – это важная часть видения Ринпоче Международной Дзогчен-общины. Ринпоче объяснил, что Всемирный Гар будет местом, где будут представлены все Гары, и где Ринпоче сможет собираться со своими старшими учениками и представителями, чтобы обсудить установление стандартов и развитие программ обучения, и где может происходить координация работы Международной ДО, ИШШ, ASIA и Школы Тибетской Медицины. Следующие несколько месяцев будут посвящены получению официального разрешения на развитие Гара, и вскоре начнет строительство Комитет Развития Дзамлинг Гара под руководством Джованни Бони и Мигмара Церинга. В этом Комитете Развития будут помогать как профессиональные строительные компании, так и организованные команды карма-йогов Общины. Будет множество больших и маленьких проектов, так что будет много возможностей принять в этом участие.

Новый год также принес потрясающие перемены на сайт «Миррор» – melong.com. Мы рады объявить о том, что вебсайт теперь доступен на итальянском и польском языках, и скоро также будет переведен на китайский и русский языки.

Наши самые теплые пожелания на год Водяной Змеи, надеемся, что вам понравится это выпуск!

Редакция «Миррор»
Перевод: Роман Ярмолюк
Редактирование: Анна Косолапова

Там было много-много людей, почти до подножья горы, потому что не все могли поместиться рядом с этим местом. Все читали мантру и, тогда, мой учитель взял кирку, сосредоточился, и забросил ее на вершину скалы. Она задела ее часть и упала, но коснувшись скалы, она оставила белую отметину. Тогда мой дядя сказал, что кому-то следует отправиться туда и копать. Кто должен был пойти? Там был монах Калзанг Церинг, что означает Успешная Долгая Жизнь, так что он должен был идти. Но он не смог туда добраться и тогда все сказали, что нужно собрать подобие лестницы, и много молодых людей пошли валить большое дерево. Они срезали ветви и так получились ступеньки, которые шли к скале, и он медленно взошел наверх, и когда он добрался туда, он ударил по скале. Сначала она выглядела твердой, но позже стала мягче и спустя еще немного времени, кусок камня отпал, и мы увидели *дромбу*. Солнце светило, падая вниз, и казалось, что оно светится. Монах спросил, что делать и можно ли ему его трогать. Мой дядя сказал монаху не прикасаться к нему. Тогда другие ученики развернули большой кусок хлопковой ткани и он сбросил *дромбу* вниз. Так что *дромбу* был теперь внизу и мой дядя приготовил маленький сосуд, внутри которой находилось несколько священных предметов и положил в нее *дромбу*. После, он запечатал вазу глиной и монах спустился вниз.

Позже, все хотели получить благословение от этого *дромбу* и мы были там, на протяжении многих часов. Мы остаись до позднего вечера и тогда мы положили *дромбу* в большой гау. На следующий день мы сделали Ганапуджу и люди всё снова и снова просили о благословении. Вот такая история этого *дромбу*, но это лишь только об обнаружении *дромбу*. Как-то он должен был открыться. Но не получится взломать его и заглянуть внутрь. Так делать нельзя. Поэтому нужно его хранить до тех пор, пока не придет время ему открыться. Мой дядя хранил этот *дромбу* в гау, очень красивом гау, долгие месяцы. Люди приходили отовсюду, чтобы увидеть *дромбу* и получить благословение. Но дядя не получил знаков, когда следует его открыть.

Тогда однажды этот *дромбу* исчез. Мы не знали что произошло. Однажды *дромбу* больше не было в гау. Это не значит, что кто-то его украл, может быть, охранители забрали его. Я спросил своего дядю, почему это произошло, и он ответил, что может быть еще не пришло время, или уже слишком поздно, или еще слишком рано. Что-то не сработало. Это и есть *дромбу*. ©

Записано и отредактировано Наоми Зейтц.

Русский перевод и редакция: Анна Косолапова, Сэсэг Дугарова, Роман Ярмолюк



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

Ассоциация интернациональной
солидарности 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/

Forderverein ASIA
Deutschland e.V.
c/o Gisela Auspurg
Konigswieser Str. 2
82131 Gauting
Tel.: 089 / 127 630 32

Защита культурного наследия Тибета:

некоторые из целей
фонда ASIA на Год
Водяной Змеи.

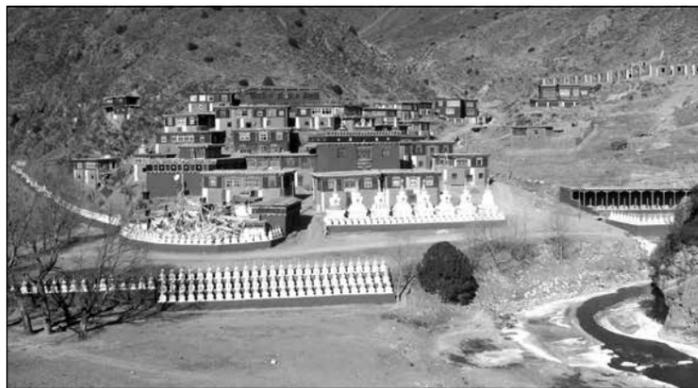
В этом году фонд ASIA отмечает 25 лет. Основанный на энтузиазме Чогьяла Намкая Норбу, за много лет ASIA осуществил около 150 проектов интернационального сотрудничества и программ информирования общественности, охвативших более 500 000 пользователей. В настоящее время это единственная международная организация, основанная и присутствующая во всех регионах Китая, населенных Тибетским меньшинством.

Одной из наиболее важных областей деятельности организации всегда была охрана культурного наследия, в целях сохранения и содействия культуре, духовности и традиционным искусствам целевых групп населения.

В этом году одна из прочих целей, принятых фондом ASIA в этой области является завершение плана действий для народа Тибета, который осуществляется с конца девяностых годов в соответствии с миссией ее основателя и нынешнего президента фонда.

В 1997 году Чогьял Намкай Норбу посетил тибетские регионы Кхам и Ютсанг и установил стратегические направления комплексного плана действий, направленных на строительство начальных школ, поликлиник, традиционных обучающих колледжей и колледжей медитативных практик, систем питьевой воды, тренинги для учителей и работников здравоохранения в сельской местности в 11 тибетских деревнях. Эта программа была необходима для улучшения положения тибетцев и для сохранения ими их огромного культурного наследия. Изменения, произошедшие в Тибете с появлением Китайской Народной Республики в 1951 году и потом в годы Культурной революции (1966–1976 гг) нарушили традиционную тибетскую социально-культурную структуру и ввели ряд новых экономических и социальных моделей, которые на самом деле привели тибетское население к обнищанию и социальной изоляции.

С тех пор, несмотря на огромный экономический прогресс Китая и относительный успех национальной политики по сокращению бедности, большинство тибетского народа, особенно кочевые общины, живут в очень сложных условиях и не



Колледж Дзолунг

всегда имеют доступ к основным услугам.

В этом контексте монастыри, которые являются не только религиозными, но и культурными центрами, резко страдают от репрессивной политики КНР, ставя под угрозу саму «жизнь» тибетской культуры. Крайняя бедность региона не позволяет местному населению быть самодостаточным в реструктуризации и переоценке этих мест, которые являются движущей силой экономического и культурного подъема. Поэтому в качестве решения проблемы необходимо найти пути сотрудничества между местным сообществом и международными органами, которые неравнодушны к этому вопросу.

Принципиальное значение имеет роль обучающих колледжей, которые зачастую являются единственной возможностью получить образование для молодых тибетцев, которые не могут посещать школу либо потому, что это очень далеко от их места жительства, либо из-за высоких расходов, связанных с получением образования. Колледжи поэтому, в дополнение к тому, что они являются религиозными учреждениями, заполняют пробелы, оставленные национальной системой образования и стали центрами образования. На самом деле, в дополнение к религиозному учению, такому как Сутра, Тантра и Великое Совершенство, молодые монахи обучаются грамматике, истории, поэзии, тибетской медицине, математике и английскому языку.

Это условия, в которых Чогьял Намкай Норбу начал деятельность, запланированную на этот год в колледжах традиционной практики и обучения Дзолунг, Дзамтог и Дзонгца, расположенных в Тибетском автономном районе, и в колледже Монастыря Сангхкри в провинции Цинхай.

Последний сыграл исторически важную роль в качестве ориентира для практиков учения Ньингма, одной из четырех основных школ тибетского буддизма.

Монастырь Сангхкри был основан Джалуспа Цеванг Ригзином, кхенпо из Монастыря Мева в провинции Сычуань, который связан с линией Азома Друпты.

Говорят, что в 1958 году, когда Красная гвардия захватила Цеванга Ригзина, он исчез на глазах у всех в радуге.

Монастырь расположен в деревне СангКхри в округе Тонгде, провинции Цинхай, в центральной-западной части Китая. Во время Культурной революции он был полностью разрушен, его библиотеки и книги были утеряны, а выжившие ламы и монахи были вынуждены укрыться в горах.

В 1986 году, когда закончились последствия Культурной революции, и началась новая эра в китайской политике, новым настоятелем началась реконструкция монастыря и жилищ монахов. Постепенно монастырь возобновил свою культурную и обучающую деятельность, и уроки начали посещать многие студенты.

В 2008 году первый проект, финансируемый посольством Нидерландов в Китае, включил фонд ASIA, чтобы начать строительство 30 новых единиц жилья в колледже для размещения девяноста новых студентов из удаленных кочевых областей, а также здания в 625 кв.м. для классных комнат и библиотеки колледжа. В 2010 году, благодаря финансированию из области Тоскана, комнаты для студентов были обставлены, ванны стали функциональными и была построена окружающая стена.

Сегодня есть 300 студентов, которые посещают занятия, но многие другие хотят иметь возможность поступить в колледж Сангхкри, поэтому настоятель попросил фонд ASIA построить два новых здания для других общежитий. Проект готов, и в этом году, как только появятся средства, мы начнем работу.

Дзолунг – это небольшой монастырь традиции Сакья, расположенный в префектуре Чамдо (Тибетский автономный район), который был резиденцией Аю Кхадро, учителя-йогини Чогьяла Намкай Норбу. Йогини провела большую часть своей жизни здесь в ретрите, в пещере, расположенной на холме за нынешним монастырем. До того, как уйти в ретрит, Аю Кхадро путешествовала по большей части Тибета и Непала, практикуя Чод, тантрическую практику, которая роди-



Монастырь Сангкри

лась и сформировалась в Тибете в одиннадцатом веке. Аю Кхадро умерла в 1953 году в возрасте 115 лет.

На данный момент ее реконструкция (тулку), признанная SS Сакья Тризином, живет в монастыре. Молодой Тулку построил небольшой обучающий колледж и обратился за помощью к Намкай Норбу Ринпоче построить небольшой Колледж Практики. Колледж с десятью комнатами был построен, и задача этого года – снабдить его всем

вершить обустройство второго этажа храма библиотеками, картинами, комнатами и выполнить другие работы.

Монастырь Дзамтог также расположен в префектуре Чамдо, это небольшой монастырь традиции Сакья и священное место Ваджра Килайи, Дордже Пурба по-тибетски, где практикуются очень древние тантрические ритуалы.

Некоторые молодые монахи и тулку в настоящее время участвуют в колледже Сакья в Дера Дун



Колледж Дзонгста

необходимым для комнат монахов: кроватями, печами, шкафами, книгами, материалами для практикующих.

Основанный 746 лет назад Дрогоном Че Пхаком Дзонгца – небольшой монастырь, принадлежащий к традиции Сакья, расположенный неподалеку от деревни Тарзе (префектура Чамдо, Тибетский автономный район) на высоте 3800 метров над уровнем моря. До 1958 года комплекс состоял из главного храма, Колледжа традиционного обучения и Колледжа религиозной практики. Тогда монастырь вмещал более сотни монахов. Во время Культурной революции все это было полностью уничтожено. Много лет спустя, некоторые из старых монахов начали реконструкцию, имея в своем распоряжении очень ограниченные средства, и они снова начали основную религиозную деятельность на благо окружающему сообществу.

Фонд ASIA вступил в поддержку монахов в реконструкции колледжа, храма и жилья для шестидесяти студентов при финансовой поддержке датского посольства в Пекине, Датской Дзочен-общины и области Тоскана. В этом году мы хотим за-

в Индии, и в будущем они вернутся преподавать в монастырь Дзамтог.

Фонд ASIA принял решение удовлетворить просьбу настоятеля монастыря о помощи и построил главный храм. В этом году фонд ASIA установил задачи по завершению участия в организации строительства колледжа практики, который был разрушен некоторое время назад.

Организации, подобные этим представляют собой один из последних оплотов сохранения этой древней культуры. Монахи, учащиеся в них являются хранителями тысяч лет знания, которые могут быть переданы новым поколениям при поддержке всех тех, кто хочет дать тибетцам и их культуре надежду.

Для получения дополнительной информации:
comunicazione@asia-onlus.org
www.asia-onlus.org

Для поддержки тибетской традиционной практики и обучающих колледжей вы можете сделать пожертвование через:

Оплата кредитной картой на сайте – www.asia-onlus.org

Перевод: Анна Косолапова
Редактирование: Наталья Таликова

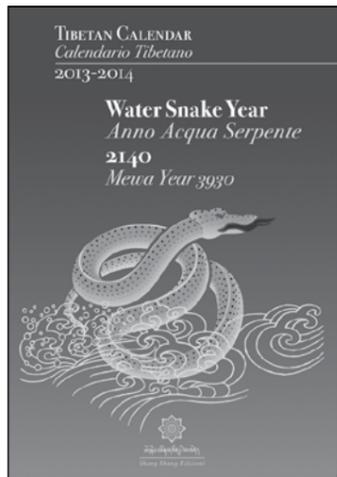


Институт Шанг Шунг Италия
Localita Merigar
58031 Arcidosso (GR, Italy)
Phone : +39-0564-966940
info@shangshunginstitute.org
www.shangshunginstitute.org
www.shangshungstore.org

Институт Шанг Шунг Австрия
Gschmaier 139
8265 Gr. Steinbach, Austria
Office: 0043 3386 83218
Fax: 0043 3386 83219
www.shangshunginstitute.org
www.ssi-austria.at

Институт Шанг Шунг
Великобритания,
Лондонская Школа
исследования Тибета
Лондонский Центр Изучения
Традиционной Тибетской
Культуры и Знания.
www.shangshunguk.org

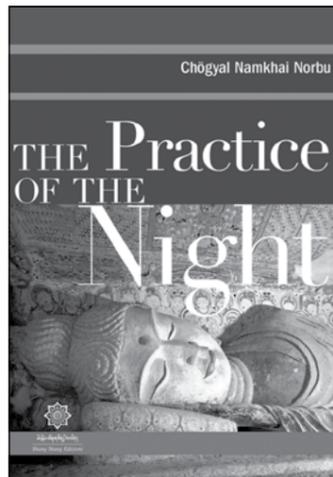
Институт Шанг Шунг Америка
18 Schoolhouse Rd
P.O. Box 278
Conway, MA 01341, USA
Phone (main-Anna) 413 369 4928
Fax/Bookstore 413 369 4473
www.shangshung.org



Также календарь содержит таблицу с днями месяца, когда желательно избежать операций на определенных частях тела, согласно трем тибетским астрологическим системам, и таблицу с первыми днями тибетского нового года, согласно системе Phugpa.

Календарь можно заказать на shangshungstore.org ©

Перевод : Юлия Кулик
Редактирование: Наталья Таликова



ститут Шанг Шунг и Издательство Шанг Шунг продолжают издавать новые книги и мультимедийные материалы – это то, что вы их приобретаете. Ваши покупки – это также один из лучших способов поддержать нас.

Электронные книги, как и другие материалы, можно приобрести в онлайн магазине www.shangshungstore.org. Единственная разница в том, что отсутствуют затраты на доставку, и файл отправляется по элек-

тронной почте. Вы можете воспользоваться любым стандартным способом оплаты (PayPal paypal@istitutoshangshung.org, кредиткой через PayPal, банковским переводом). И через 48 часов после оплаты вы получите письмо на электронную почту со ссылкой на страницу загрузки (кроме оплаты по банковскому переводу, который может идти дольше). ©

Перевод: Юлия Кулик
Редактирование: Наталья Таликова

Тибетский календарь

Мы рады сообщить о публикации Тибетского календаря на год Воляной Змеи (2013–2014).

Карманное издание, которое содержит краткие указания по практикам, рекомендованным Чогьял Намкай Норбу по специальным дням, астрологические аспекты из Тибетского лунного календаря, индивидуальные воздействия, которые касаются рожденных в период с 1918 до 2013 года, благоприятные и неблагоприятные дни для практики Нага.

Незаменим для того, чтобы определить благоприятные и неблагоприятные дни для ежедневных действий и помнить об особых днях для практики.

Чогьял Намкай Норбу

Практика Ночи и Темный 24-часовой ретрит

доступны в печатной форме и как электронная книга (pdf) shangshungstore.org

Интеграция практики ночью является ключевой в Дзогчен. Как только мы научились осознанности во сне, мы можем практиковать гораздо более эффективно в наших снах, чем когда мы бодрствуем. Подход Дзогчен к йоге сновидений очень прямой и не требует интеллектуальной

подготовки или комплексной визуализации. И пока это одна из самых важных практик, которую мы можем выполнять, поскольку она готовит нас к смерти и состоянию бардо.

В сущности, практика ночи – это не что иное, как Гуру-йога, но некоторым практикующим трудно расслабиться в состоянии присутствия, когда они засыпают. Лучший метод устранить эту проблему – темный ретрит. Эта книга содержит инструкции по практике ночи и по предварительному темному ретриту на 24 часа.

Электронные книги издательства Шанг Шунг защищены паролем и содержат цифровой книжный знак, дающий право ими пользоваться на ваше имя или имя человека, которому вы дарите книгу. Единственное условие, благодаря которому Ин-

Чогьял Намкай Норбу Расписание 2013

>> начало на странице 1

7–12 июня
США, Восточный Цегьялгар
Учение по «Корде Рангдрол»
из Дра Талгьюр

13–23 июня
США, Восточный Цегьялгар
Экзамен по 1 уровню
Санги Маха Сангхи,
тренинг по 2 уровню

28 июня – 5 июля
Россия, Северный Кунсангар
«Практика Зеленой Тары
согласно Внешним Тантрам
в сочетании с Ану-йогой и
наставления по сущностному
методу практики (Ngang Gom)»

19-26 июля
Крым, Южный Кунсангар
«Кунзанг Монлам
(Призывание Самантабхадры)
– сущностное наставление
Учения Ати Дзогчен»

2-9 августа
Румыния
Тренинг Санги Маха Сангхи

16–23 августа
ретрит в Восточном Меригаре

30 августа – 1 сентября
Германия ретрит в Берлине

6–13 сентября
Италия
ретрит в Западном Меригаре

>> начало на странице 1

азмом пытаюсь наилучшим образом подражать Адриане и тем, кто уже имел возможность систематически тренироваться и изучать шаги под ее опытным руководством.

Ринпоче также сочинил песню для Dzamling Гара, которую мы имели возможность слушать и танцевать во время ритрита. Песня является полным учением, слова и мелодия которого возникли спонтанно, в то время как мастер расслаблялся в бассейне у себя дома. Это приглашение для всех общин мира прийти в Dzamling Гар, где нет недостатка в счастье и где все ученики могут проявить свои самосовершенные качества, живя в истинном знании изначального состояния.

Во время ритрита Джованни Бони организовал экскурсии по территории, где он подробно и конкретным образом раскрыл проект, который должен начаться в ближайшее время. Территория гара находится в действительно хорошем месте и те, кто имел счастье посетить его, не мог не чувствовать такой же энтузиазм, как тот, который исходит из песни Dzamling Гара, потенциал которого поистине удивителен. Не очень трудно



Нина Робинсон Фото: М. Фармер

представить, как это будет после завершения работ: Рай на Райском Пляже (Playa Paraiso) и Райской Улице (Calle Paraiso). Может быть, это на самом деле не совпадение! С территории вы можете видеть внизу море с бухтами и заливами. Следуя совету Мастера, который пригласил нас наслаждаться и расслабляться, многие практикующие посетили эти места, открывая неожиданные уголки в стороне от избитых туристических троп острова.

Это был очень интенсивный ритрит, полный энергии, характеризующейся стремлением быть вместе не только чтобы практиковать, танцевать и петь, но и желанием открыть для себя этот остров, который для мно-



Аннели Галль Фото: М. Фармер

гих из нас становится все более и более знакомым. Хорошо знакомым местом, где мы можем сотрудничать все вместе для реализации этого нового проекта Ринпоче, что знаменует собой новый этап эволюции в нашей общине. ©

Перевод: Светлана Лагуз
Редактирование: Наталья Таликова

SHANG SHUNG INSTITUTE OF AMERICA



School of Tibetan Medicine

Creating opportunities to learn and preserve authentic knowledge of the Tibetan Healing Arts

Tibetan Medical Intensives
~ Summer 2013
New KuNye Therapy Certification Program
~ Fall 2013

- 750 Hour, 3 Semester On-Site Practical Study
- Comprehensive Training and Certification
- Student applications now being accepted

www.shangshung.org (413) 369-4928



Фокус на тибетской астрологии

Начало тибетского Нового Года, года Водяной Змеи – Намгьял, или Абсолютный Победитель по-тибетски, – праздновалось 11 февраля 2013 года. В этом выпуске «Миррора» мы хотели бы направить «Фокус на тибетскую астрологию», чтобы отметить этот знаменательный момент в течении времени, представив три статьи по данной теме.

Первая статья тибетского астролога Тензина Цеванг Джамлингпа из Дхарамсалы в Индии представляет: краткое введение в тибетскую астрологическую систему, кратко излагает прогнозы как относительно всего года в целом, так и для каждого месяца в разных частях мира, а также делает заключения о препятствиях в этом году и о средствах для их устранения. Все эти выводы основаны на ежегодном альманахе Мен-Ши-Кан для Года Водяной Змеи.

Далее, Тубтен Пунцог, в настоящее время – профессор на кафедре Тибетологии Юго-Западного Национального Университета в Чэнду, тщательно анализирует истоки тибетской астрологии и обсуждает Джунгцы, или Астрологию Элементов, и происхождение парка или триграмм, одной из старейших астрологических систем, в подробностях. Представляем вашему вниманию его лекцию с выходного семинара в Меригаре в 1998 году.

В последней статье Рита Лети, давняя ученица Чогьяла Намкая Норбу, дает обзор различных систем Тибетской Астрологии и говорит об элементах в астрологии Джунгцы и важности их взаимодействий.

Перевод: Андрей Коновалов

Редактирование: Наталья Таликова

2013 год Воды-Змеи

Тензин Цеванг Джамлингпа

(тибетский астролог)

Монастырь Таши Чойлинг

Дхарамсала, Индия

kartsipa.tsewang@gmail.com

Введение в тибетскую систему года

В системе тибетского календаря или, другими словами, в тибетской астрологии, каждый год символизируется одним из двенадцати знаков года в сочетании с одним из пяти элементов. Двенадцать годовых знаков представлены двенадцатью животными, начиная с Мыши, Быка, Тигра, Кролика, Дракона, Змеи, Лошади, Овцы, Обезьяны, Птицы, Собаки, Свиньи и пятью элементами – Дерево, Огонь, Земля, Железо и Вода. Из двенадцати годовых знаков: Мышь, Тигр, Дракон, Лошадь, Обезьяна и Собака относятся к мужским годам, а остальные – к женским. Сочетая эти двенадцать знаков с пятью элементами, в итоге получается шестьдесят лет, которые начинаются с Дерева-Мыши и заканчиваются годом Воды-Свиньи. Двенадцать лет складываются из последовательности мужского года, а затем женского, начиная с Мыши и каждый элемент повторяется дважды (сначала для мужского, а затем для женского года), начиная с элемента Дерево. Такой цикл отсчета появился в 837 году до н. э., в год Дерева-Мыши, когда Владыка Ман-джушри впервые преподавал Астрологию Элементов в Китае.

Далее, год разделен на двенадцать месяцев, а месяц на тридцать дней, каждые в обоих случаях, также символизируются двенадцатью животными. В культуре Тибета, первый день первого тибетского месяца всенародно празднуется как Лосар или тибетский Новый Год, еще известный как год Царя Тибета. Он отмечается 2140 лет, начиная с первого царя Ньятри Ценпо, правившего Тибетом. Однако, по фактическим расчетам Астрологии Элементов, год начинается с первого дня



Бене Голя

одиннадцатого месяца, т. е. с первого дня Тигра, месяца Тигра. По этой причине одиннадцатый тибетский месяц принят за начало года. Дни, месяцы, года, которыми мы измеряем время, всего лишь способ обозначить внешние изменения времени года, которые по существу происходят из-за движения небесных тел, таких как Солнце и Луна, относительно Земли. Так, за месяц принят полный цикл фаз возрастания и убывания Луны. За год принят полный цикл прохождения Солнца через двенадцать созвездий Зодиака, в котором Солнце выполняет два перехода через точки летнего и зимнего солнцестояния. Зимнее солнцестояние приходится на одиннадцатый тибетский месяц, поэтому этот месяц знаменует новым началом во внешнем сезоне и вместе с тем, его соответствующим влиянием на благополучие людей. Следовательно, в контексте заголовка этой статьи, продолжительностью года Воды-Змеи, фактически является период с 14-го декабря 2012 года до 1-го января 2014 года.

Общий прогноз мирового благосостояния на год Воды-Змеи

Наступивший год Воды-Змеи так же называется «Намгьял» (Namgyal – совершенный победитель) на тибетском, а на санскрите – «Виджая» (Vijaya). Астрологические прогнозы на этот год, основаны в большей степени на системе астрологии Янгчар (вид астрологии, возникшей в Индии), данных из тибетского альманаха о движении планет (Меркурия, Венеры, Марса, Сатурна и Юпитера) и затрагивают такие темы, как благосостояние важных политических лидеров и обычных людей, процветание скота и урожая. В дополнении к этому, есть заметки о стихийных бедствиях и эпидемиях. Кроме общего прогноза на год, есть прогнозы для каждого месяца.

Несмотря на тот факт, что первый день одиннадцатого тибетского месяца является началом нового года (Воды-Змеи), тибетский альманах начинается с первого дня третьего тибетского месяца и заканчивается в последний день второго тибетского месяца. Такая разница начала отсчета года имеет свою собственную историческую подоплеку и значение. По системе алманаха, год определяется полным циклом прохождения Солнца, начиная от знака Зодиака Овна, который приходится на третий тибетский месяц. Исходя из этого, следующие описания года соответствуют тибетскому календарю, который начинается 11-го апреля 2013 и заканчивается 29-го апреля 2014 года.

В целом, это будет обычный год. Вторая половина года Воды-Змеи будет более благоприятной, чем первая. Первая половина может стать тяжелым временем для роста урожая, растительности и следовательно, для животных. Звезды и созвездия окажут менее положительное влияние на рост лечебных трав. Тем не менее, во второй половине пройдут обильные дожди, а правители и граждане, особенно дети будут наслаждаться периодом

>> продолжение на следующей странице

Введение в тибетскую Астрологию

Из лекции профессора Тубтен Пунцог.

Первая часть семинара выходного дня в Меригаре, 21–22 Февраля, 1998

Перевод с тибетского Элио Гуариско
Переиздано из выпуска Зеркала № 44



Астрология Элементов, или Джунгцы, – это самая старая область знания произошедшего из Тибета. В ней, главным образом, используется три типа символов: 9 парка, или триграмм; 9 мева, или чисел; 12 знаков животных. Различные комбинации этих трех типов символов с пятью элементами Дерева, Огня, Земли, Метала и Воды – это основа астрологических вычислений. Парка – это самые старые астрологические символы, в то время как мева, числа и знаки животных основаны на триграммах.

Парка, или триграммы, символизируют цикл роста и увядания, который управляет жизнью, как во внешнем мире, так и внутри тела, с того момента, как начинает существовать

определенное измерение и его обитатели. Этот цикл определенный, и развивается на основе комбинации элементов, так что когда элементы гармоничны, тогда есть рост, когда они не находятся в гармонии, начинается увядание, высшая точка которого – исчезновение. Происхождение триграмм, или парка, связано с древней культурой Бон, буддистским вероисповеданием Тибета. В наши дни, астрологические вычисления, основанные на парка, являются распространенной практикой во всех новых школах Тибетского Буддизма, таких как Гелуг, Сакья и Кагью, а также в древней школе Ньянгра. Преобразуя свою терминологию для

того, чтобы соответствовать буддистской структуре мышления и языка, эти школы также переняли многие ритуалы буддистской культуры Бон, например ритуалы *то* (gtos), *до* (mdos), *йе* (yas) и *луд* (glud), а также ритуал *санг* (sang), (во время которого можжевеловый и другие ароматические травы сжигаются с разными целями, включая усмирение божеств местности).

Но, помимо широкого и сознательного заимствования из Бонской культуры, это было такое время в Тибетской истории, когда последователи Бон широко преследовались, в основном, по политическим причинам.

Так как большинство тибетцев любили бонские ритуалы и часто к ним обращались, у новой буддистской культуры не было другого выбора, кроме как ассимилировать их, тем или иным образом. В этом процессе ассимиляции, не желая признавать бонские источники астрологии элементов и ритуалы, они решили заимствовать схожие элементы астрологии и обряды, относящиеся к индийской культуре – из Индии, между тем, схожие с китайской культурой – импортировали из Китая.

Однако, многие астрологические и ритуальные особенности были уникальны для Тибета и их

нельзя было найти в ни Китае, ни в Индии. По этой причине, считалось, что они произошли от, или были систематизированы историческим деятелем по имени Конгце Трулгьи Гьяло, которого, позже, Буддисты признали эманацией Ман-джушри – бодхисаттвы, олицетворяющего мудрость. Так как Конгце Трулгьи Гьяло родился за 600 лет до Будды, было трудно считать его буддистом, так что его не называли буддистом, но и не признавали за бонпо. Во время 13-го, 14-го и 15-го веков некоторые Тибетские ученые стали утверждать, что парка пришли из Китая. В 18-м веке Чжангья Ролпэй Дордже, монгольский ученый Тукван Чоки Нима и другие ученые, ошибочно идентифицировали Конгце Трулгьи Гьяло с Конфуцием, говоря, что это был один и тот же человек. Но, без тени сомнения, многое доказывало, что Конгце Трулгьи Гьяло и Конфуций были разными людьми (эта тема более полно обсуждалась во время конференции Проф. Тубтен Пунцог в Меригаре 17-го января 1998).

По моему мнению, когда мы исследуем древние истоки определенного вида знания, сложно говорить, что оно принадлежит лишь конкретной группе лю-

дей. В частности, Астрология – это очень древняя дисциплина, которая распространена среди разных человеческих групп. Например, в большинстве частей мира, люди связывают дни недели – понедельник, вторник и т. д. с названиями планет. Конечно, разные языки используют разные слова для обозначения планет, но они довольно точно указывают на одно и то же. Например, по-английски мы говорим «Сандей», по-тибетски, Цаньи ма, или «планета или день солнца».

В астрологии элементов дни также связаны со свойствами элементов. Например, воскресенье связано с огнем, понедельник – с водой, вторник – с огнем, среда – с водой, четверг – с деревом, пятница – с металлом и суббота – с землей. Прежде, чем у людей Тибета была письменность, они обозначали дни недели символами. Например, для обозначения воскресенья в Тибете использовался символ солнца, для понедельника – луны, вторник обозначался глазом, среда – символом руки, четверг – деревянным пурба или деревянным кинжалом с тремя лезвиями, пятницу обозначали, используя меч или трезубец, а субботу – фаллос.

>> продолжение на следующей странице

>> начало на предыдущей странице

процветания. В плане здоровья, должны остерегаться болезней, связанных с почками.

Теперь, сделаем прогнозы для различных географических местоположений в мире. Хотя нет точного названия стран, связанных с разными направлениями, за центр взята Бодхгая, Индия. В общем, в центре этот год будет благоприятным с хорошими результатами. Люди будут следовать Дхарме и будет процветание. Этот благоприятный период, скорее всего пройдет с 11-го апреля до 9-го мая и с 10-го мая, в частности. Однако, есть вероятность трудностей и засухи с 9-го по 22-е июля.

На востоке, в общем, будет нейтральный год. Для политических лидеров наступит благоприятный период с 9-го июня по 8-е июля. С 9-го июля, есть вероятность засухи. С 9-го августа по 19-е сентября возможны трудности. С 20-го сентября по 24-е декабря будет мир и процветание. С 25-го декабря по 29-е апреля (2014 г.) могут быть незначительные трудности.

На юго-востоке, благоприятный период пройдет между 17-м июля и 21-м августа. Однако, есть небольшие предпосылки засухи и трудностей с 22-го августа по 13-е сентября и с 14-го сентября по 24-е ноября соответственно. На юге, возможны засуха и препятствия с 17-го июня до 6-го августа и с 15-го января (2014 г.) до 29-го апреля (2014 г.) соответственно. С 22-го июля по 10-е ноября есть вероятность стихийных бедствий. Особую осматрительность должны проявлять телохранители руководителей.

В целом, на юго-западе, это будет год препятствий и засух, особенно в периоды с 11-го апреля по 16-е июня и с 16-го января (2014 г.) по 29-е апреля (2014 г.). С 7-го августа по 17-е декабря есть опасность стихийных бедствий. На западе, в целом, будет нейтральный год. Исключение – период между 1-м января (2014 г.) вплоть до 15-го января (2014 г.), это будет год богатого урожая.

На северо-западе и севере, в общем, этот год будет нейтральным, несмотря на то, что есть вероятность эпидемии и нестабильности на севере. С 18-го мая по 1-е января (2014 г.) возможна нестабильность в Тибете. На северо-востоке, есть возможность неудач и внезапных стихийных бедствий, которые могут проявиться в форме препятствий или пожаров.

Препятствия и способы их устранения в год Воды-Змеи

Существует много астрологических систем расчета, начиная от нашего рождения до самой смерти. Когда рождается ребенок, для него/нее составляется гороскоп жизни, в котором есть подробные объяснения года, дня, созвездия и зодиака рождения. На основе конфигурации или положения планет в соответствующих знаках Зодиака в момент рождения ребенка, толкование связывается с соответствующими двенадцати аспектами жизни новорожденного. Это также указывает на общую продолжительность жизни индивидуума и то, как разные планеты управляют периодами его/ее жизни и какое влияние оказывают эти планеты на эти периоды жизни.

Наряду с полным гороскопом жизни, может быть составлен ежегодный гороскоп, чтобы предвидеть события в текущем или следующем году и заранее выполнить все необходимые ритуалы для устранения препятствий. В периоды заболевания, толкование может быть составлено специально, чтобы понять серьезность болезни и какие обряды необходимы. В во времена союза составляется гороскоп супружеской совместности, чтобы во время женитьбы проверить совместимость жениха и невесты. Выполняются необходимые ритуалы для исправления недостатков в разных аспектах, таких как продолжительность или прочность союза, здоровья матери или новорожденного, благополучия молодой семьи и общественного признания нового союза.

Кроме того, существует астрологи-

ческий справочник по геомантии (Фен-Шуй) для строительства храмов, монастырей, дворцов или обычных жилищ. И наконец, когда человек умирает, составляется гороскоп на умершего, для того чтобы обезопасить семью, сознание умершего и подобрать способ похорон. С точки зрения тибетцев, астрология встречает человека в этом мире, заботится о нем в течении жизни, наконец, обеспечивает хорошее перерождение в конце его пути.

Для всех тех, кто родился в год Змеи, этот год называется Каг/Кег (Год Препятствий). Лучше избегать посещения ветхих или строящихся сооружений. Следует совершать действия для увеличения срока жизни. Необходимы пуджи *Boom*, *Dugkar*, *Tokzung* и *Kegdok*. Для родившихся в год Свиньи, наступивший год является Дунсур (Сельмой Отдаленный Год). Следует делать пуджи *Topchen*, *Chusum*, *Donggyen*, *Tokzung*, *Gyaltzen Tsemo* и *Dralha*. Для всех родившихся в годы Птицы и Быка, этот год называется Тхунсум Тсуб (Жесткость Трех Совмещенных Знаков). Необходимы пуджи *Dralha* и *Gyab Zhi*. Для родившихся под знаками года Тигра и Обезьяны, этот год называется Жи Шед (Четыре Врага). Им следует спасти жизнь животным, как средство для устранения препятствий не следует начинать новые дела и совершать дальние путешествия. Необходимо выполнить пуджи *Nyitri*, *Mendo* и *Zung Due*.

Для людей, в возрасте, указанном в приведенной таблице, этот год называется Гумик (кратный девяти). Тибетская система счета возраста человека, подобна тому, как мы отсчитываем класс в школе или век. Если вы учитесь в школе во втором классе, то говорите: «Я учусь во втором классе», – еще до окончания этого класса, подобно этому, мы говорим, что живем в 21-м веке. Аналогично этому, тибетцы говорят: «Мне 26 лет», – в то время как человеку 25 лет. По западному стилю, мы охотнее используем систему прошедшего года, чем текущего. Поэтому мы говорим, что нам столько-то лет. Таким образом, таблица внизу соответ-

ствует тибетской системе счета возраста текущего года.

1	9	10	17	18	19	25	27	28	33	36
37	41	45	46	49	54	55	57	63	64	65
72	73	81	82	89	90	91	97	99	100	

Для детей, родившихся в год Гумик, необходимо выполнять пуджи *Dugkar* и *Drol Toe*. Для людей среднего возраста, родившихся в этот год – выполнять пуджу *Namgyalma Zung*. Для пожилых людей года Гумик, рекомендуется выполнить пуджи *Gyed Tongpa* (для мужчин) и *Dreshue Mdo* (для женщин). Необходимо выполнять пуджи *Jampel Tsenjoed* и *Lodoe Sangmoe Shuepai Mdo* для правителей, рожденных в год Гумик.

Для людей в возрасте, указанном в нижеприведенной таблице, этот год называется Нэки Гумик и Друмик (кратный девяти и знаки смерти). Они так же относятся к году препятствий.

9	15	21	33	45	51
57	69	75	81	93	

Для всех людей, родившихся в вышеупомянутых годах, следует совершать такие благие действия, как подношения монастырю, Сангхе. Необходимо выполнять пуджи *Shernying Duedok*, *Gyab Zhi* и *Serwoe*.

Хотя нет избавления от последствий прошлой кармы,

В силу своего сострадания, Победоносный направляет нас искусными методами, Соблюдая практики очищения и пресекая причину внезапных обстоятельств и препятствий, Пусть распространится счастье.

Источники:

1) тибетский ежегодный альманах год Воды-Змеи (2013), Мен Ци Кханг, Дхарамсала

* Так как это – астрологическое толкование, автор не несет ответственности за предсказания и прогнозы, данные в этой статье. ©

Перевод: Сэсэг Дугарова

>> начало на предыдущей странице

Теперь рассмотрим, как тексты Бон объясняют происхождение парка с помощью мифологической истории, которая описывает процесс формирования мира в восьми этапах:

1. чистая часть элементов проявляется как пространство;
2. нечистая часть элементов проявляется как земля;
3. появляются горы, соединяющие пространство и землю;
4. ветер появляется в каменных долинах гор;
5. огонь порождается движением ветра;
6. ветер и огонь встречаются и производят дождь;
7. из-за взаимодействия ветра, огня, воды и земли появляется дерево или древесина.

Этот процесс, а также внешний мир, символически обозначается изображением золотой черепахи, голова которой указывает в южном направлении.

1. Чистая сущность элементов изошла из рта черепахи в виде пара и преобразилась в «старого отца существования» (Сидпа Яб Гьен) – первый и самый древний триграмм, Кхен, символ неба. Он изображается как старик с белыми волосами, одетый в желтый шелк, верхом на собаке и держащим хрустальный посох в руке.

2. Нечистый аспект элементов проявился как помёт черепахи и, падая, стал «старой матерью существования» (Сидпа Юм Ге Ма), Кхон, вторым триграммом символизировавшим землю. Она изображается как старая женщина с белыми волосами цвета морской раковины, с сотней морщин на лице, одетая в белый шелк, с мотыгой в правой руке и деревянной палкой в левой, верхом на овце.

3. Старые отец и мать существования обручаются, и из их союза происходит старший сын – третий триграмм, Кин, символизирующий гору соединяющую небо и землю. Старший сын изображается в виде монаха, со священной книгой в руках, верхом на розовом быке.

4. После, ветер, воющий в каменных долинах гор, дает рождение четвертому триграмму, Сон. Этот триграмм символизирует старшая дочь, изображаемая как молодая женщина, одетая в желтый шелк, верхом на дзо, с кожаным мешком похожим на воздушный шар.

5. Воздействие ветра производит элемент огня, символ которого – триграмм Ли, который изображается как младшая дочь старых отца и матери существования. Она розового цвета, с головой лошади, одетая в крас-

ный шелк, в правой руке держит ковш наполненный кровью, а в левой – фонарь.

6. Из встречи воздуха и огня, возник шестой триграмм, называющийся Кхам, – его символизирует внук старых отца и матери. Он изображается в виде темного мужчины, с длинными волосами, одетого в черное, с черным кожаным шаром в руках, наполненным водой и верхом на черной свинье.

7. Затем, из взаимодействия огня и ветра пролился дождь, породив триграмм Син, символ которого – дерево. Триграмм Син изображают в виде внучки, зе-

леноватого цвета, одетой в зеленый шелк, верхом на зеленом осле. Руки скрещены на груди и держат растение.

8. Земля плавится под воздействием элемента огонь и её чистая сущность, металл (золото, серебро, медь и т. д.), проявляется в связи с триграммом Да. Триграмм Да – это младший сын старых отца и матери, он изображается как молодой воин в шлеме и броне с мечом и копьем в руках, верхом на козле.

Подводя итог: первый триграмм, Кхен, это отец, Кхон – мать, Кин – старший сын, Сон – старшая дочь, Ли – младшая

дочь, Да – младший сын, Кхам – внук и Син – внучка.

Согласно легенде, триграммы Кхам и Син появились так: старший сын, Кин, желая найти невесту, трижды обошел гору Меру, «ось мира» по часовой стрелке. Сон, желая того же, обошла океан три раза в направлении против часовой стрелки. Они встретились посреди вихря образованного ветром в стране Сринпо Дугпа Чанги Юл, что значит «страна населенная дикими людоедами», в месте под названием «изначальное небо». Посреди вихря, они не узнали друг друга и вступили в кровосмесительную связь. Из их союза родился сын – триграмм Кхам и дочь, триграмм Син.

Эта кровосмесительная связь стала трагедией и вызвала беспокорство среди разных классов нечеловеческих существ, в частности между Девами и Нагами. Они, опьяненные умственным помрачением (так как существование было осквернено этим кровосмешением) вступали в союз друг с другом и произвели на свет Восемь Классов демонов и богов. За этим, были рождены существа шести классов существования (существа ада и т. д.) и болезнь и страдание появились среди этих классов.

>> продолжение на следующей странице

Астрология элементов

Рита Лети

Из «Краткого введения в тибетскую астрологию элементов» Риты Лети, перевод с итальянского Робин Кук

Астрологическая традиция Тибета основана на комбинации пяти Элементов, двенадцати животных и девяти чисел. Она считается наукой, которая может привести человека к гармонии со Вселенной.

Любой, кто начинает интересоваться астрологией – западной, китайской и, наконец, астрологией Тибета, хочет узнать, в чем их различия, особенности и сходство. Небесные тела тысячелетиями наблюдались на всех континентах представителями самых разных культур. Очевидно, это привело к различным отправным точкам, направлениям мысли и толкованиям со стороны наблюдателя, пытающегося понять взаимосвязь между космосом и человеком.

Традиция тибетской астрологии обширна, эклектична и удивительно богата. Она берет свое начало в древнем королевстве Шанг Шунг и в традиции Бон, впоследствии оказавшись под влиянием астрологических традиций Китая и Индии, и частично вобрала в себя их элементы.

На самом деле, в Тибете существуют различные виды астрологии. Краткий анализ их названий помогает ознакомиться с их сутью: *Карци* (*skar rtsis*), *Туджор* (*dus sbyor*) и *Нагци* (*nag rtsis*) – эти астрологические системы происходят от различных Тантр, потому что астрология, как и тибетская медицина, считается священной наукой, то есть наукой, которая может гармони-

зировать отношения человека с вселенной.

Карци: *кар* (*skar*) означает «астрономия», *ци* (*rtsis*) – «астрология». Это астрономическая астрология: астрология, основанная на положениях созвездий.

Таким образом, *Карци* – это, прежде всего, астрономия, исследование звезд. В системе астрологии Тибета множество элементов заимствованы из астрологии Индии. *Карци* происходит от известной Тантры Калачакры (Колесо времени). Калачакра – это не просто астрология, а скорее объяснение с помощью астрологии состояния человека, окружающего мира и пяти элементов.

Туджор: *ту* (*dus*) означает «время», *джор* (*sbyor*) – «комбинация». Таким образом *Туджор* означает комбинация времени, или Зодиак. *Туджор* является «зодиакальной» разновидностью астрологии, изучающей движение Солнца через двенадцать домов.

Нагци: *наг* (*nag*) означает «черный», *ци* (*rtsis*) – «астрология», это черная астрология или «астрология элементов». Эта традиция в большей степени китайского происхождения.

Причина, по которой китайский вид астрологии называется «черной астрологией», на самом деле очень проста. Индия по определению является белой страной. На тибетском языке Индия называется *Гьягар* (*gya* «страна», *gar* «белый»). Кроме этого, индийцы всегда носили белые одежды, и брамины ели «белую» пищу (без мяса). В противоположность Индии, Китай всегда был черной страной. На тибетском языке Китай называется *Гуанг* (*gya* «страна», *nag* «черный»). В Китае, напротив, всегда питались различными видами мяса и во времена императоров все министры носили



длинные накладные черные бороды.

Именно поэтому китайский тип астрологии называется *Нагци* или черная астрология, в отличие от *Карци*, белой или индийской астрологии. (*Gar* означает одновременно «белый» (*dkar*) и «созвездие» (*skar*) – написание слогов несколько разли-

чается, но произношение полностью совпадает).

Астрология *Нагци* основана на комбинации пяти элементов и двенадцати животных (Мышь, Бык, Тигр, Заяц, Дракон, Змея, Лошадь, Овца, Обезьяна, Птица, Собака и Кабан), которых не следует путать с двенадцатью знаками Зодиака. Этот тип

астрологии позволяет понять, что такое прана, или энергия человека, как на внешнем, так и на внутреннем уровне.

Хотя белая и черная системы (основанные соответственно на теории пяти элементов и положении созвездий) являются неотделимыми частями тибетской астрологии, ее не следует считать

>> начало на предыдущей странице

Об этом страдании, которому были подвержены существа, населяющие мир, стало известно старому отцу – триграмму Кхен, кто стал вопрошать, что случилось. С неба последовал ответ, в котором говорилось, что причиной происходящего послужила кровосмесительная связь старшего сына с его сестрой и будет лучше, если семья более не останется вместе, но разойдется в восьми направлениях. Ли, младшая дочь, с желанием примирить семью, обратилась к старому отцу, Кхену, извиняясь за непонимание между двумя триграммами, Кин и Сон, которые вызвали страдание в мире. Старый отец, хотя, не внял ее словам, разозлился, и проблемы семьи не были решены, так что ее члены расселись в восьми направлениях. Каждый унес с собой, в своем направлении свое имущество (включая камни, куски дерева и т. д.) и эти вещи были теми самыми субстанциями, которые позже стали использоваться в ритуалах для приумножения вреда, причиненного неблаго-

приятным сочетанием элементов или триграмм.

Наконец, старая мать, которая родилась в год земли-овцы, умерла в возрасте 226 лет в год дерева-дракона. Ее похоронили на следующий год дерева-змеи. В это время не существовало похоронного ритуала для умиротворения Восьми Классов и уравнивания элементов семьи, и, как следствие, старый отец, который родился в год земли-собаки и прожил 253 года, умер на следующий год металла-свиньи. Так же, из-за отсутствия правильных похоронных ритуалов, внезапно умерли Син, Сон и Кхам. После этого Да, Ли и Кин обсудили произошедшее и создали ритуал для умиротворения Восьми Классов демонов и Богов и уравнивания элементов семьи. В результате, мир долгие эоны наслаждался покоем и процветанием.

Вслед за периодом процветания, мир стал увядать и у населяющих его существ, стали умножаться помрачения ума. В это время появился мудрец Йодпо, пересказавший легенду появления Парка и стал первым

Тибетцем, объяснившим астрологические вычисления.

Через века, во времена, когда не существовало письменности, учитель астрологии по имени Садаг нагпо стал отмечать парка, меча и животных белыми и черными камешками.

Спустя многие века, в год металла-зайца (2551 г. до н. э.) родился принц Хикха Тхенце (2551 г. до н. э.) установивший правила определяющие использование астрологических вычислений. В 1957 г. до н. э. в год дерева-обезьяны, родился мастер астрологии Садаг Лунг который обучил мудреца Нонгпо. Последний, на основе инструкций своего учителя, разработал способ астрологических вычислений с использованием комбинации двенадцати знаков животных с пятью элементами. Он связал цвета с пятью элементами: зеленый для дерева, красный для огня, желтый для земли, белый для металла и черный для воды, а позже связал эти элементы с парка и знаками животных, используя разноцветные точки.

В 1557 г. до н. э. в год дерева-мыши, родился другой мастер

астрологии Цейю Конг Трулчунг. Он в первый раз применил отношения вида мать-сын-друг-враг в медицине. В год дерева-мыши в 1197 г. до н. э. родился известный астролог Конгце Трулгьи Гьялпо. На основе своих астрологических знаний и по запросу четырех самых способных своих учеников он составил 357 трактатов касающихся ритуалов то, до, йе и гуд, использующихся для балансировки элементов и усмирения негативного воздействия Восьми Классов духов и богов.

В 417 г. до н. э. в год дерева мыши родился Ньятри Ценпо, первый Тибетский царь. Когда он стал царем Тибета, появилась так называемая «община практиков астрологии» широко распространившая астрологию. В это время, на основе наблюдений северного и южного движения солнца, наблюдения за звездами и перемещением птиц, дождя, облаков, ветра и снега, община приготовила солнечный календарь на 360 дней, в основном для блага фермеров и кочевников.

Есть много деталей касающихся развития элементов, того

как проявляются нарушения и как используются субстанции для усмирения дисбаланса элементов, но нам бы потребовалась неделя чтобы их объяснить. Это мифическая история, а не реальная, тем не менее, ее символы могут быть бесценной областью для научного исследования.

Информация, касающаяся мифологического происхождения триграмм и меча, или чисел, может быть найдена только в бонских текстах; похожего объяснения не удастся найти в астрологических трактатах Китая или других стран. Фактически, если экспертов по китайской астрологии спрашивают о происхождении парка или триграмм, они не могут дать ясного объяснения и иногда ссылаются на определенную расу людей, зовущуюся Йи, которые жили на Китайской границе и по происхождению были тибетцами, а их обычаи и верования были тесно связаны с бонской культурой. ©

Перевод с английского: Роман Ярмолюк
Редактирование: Наталья Таликова

Фокус на тибетской астрологии

лишь производной от китайской или индийской традиции. Напротив, она имеет независимое происхождение и существовала, как сложившаяся астрологическая система уже в древнем королевстве Шанг Шунг, расположенном в западном районе Тибета возле горы Кайлаш. Основные составляющие этой системы – двенадцать символических животных (не Зодиакальные, но подобные двенадцати китайским астрологическим знакам животных) в сочетании с пятью элементами и девятью числами, от девяти до одного, называемыми *Мева* (*sme ba*).

Независимая традиция Бон восходит к знаменитому мудрецу *Тонба Шерабу* (*Ston pa gshen rab*), жившему за 500 лет до Будды Шакьямуны. Только впоследствии, начиная со времени правления короля Тибета *Сонгценгамбо* (*Strong btsan sgam po*), то есть с седьмого века и позже, у Тибета появились прямые контакты с Китаем и Индией. В этот период в астрологию Тибета перешло много элементов из китайской традиции (одна из жен Сонгценгамбо была китайкой и знатоком астрологии). Что касается Калачакры, она пришла из Индии гораздо позже.

Задача этого краткого введения – прояснить некоторые начальные заблуждения, часто возникающие при обсуждении тибетской астрологии в общем ключе. В частности, когда речь идет о богатой и поражающей воображение коллекции астрологических сведений, составляющей «Тибетский календарь», стержень астрологии Тибета и незаменимый инструмент для любого астрологического толкования. Однако этот предмет сам по себе может стать темой отдельной статьи.

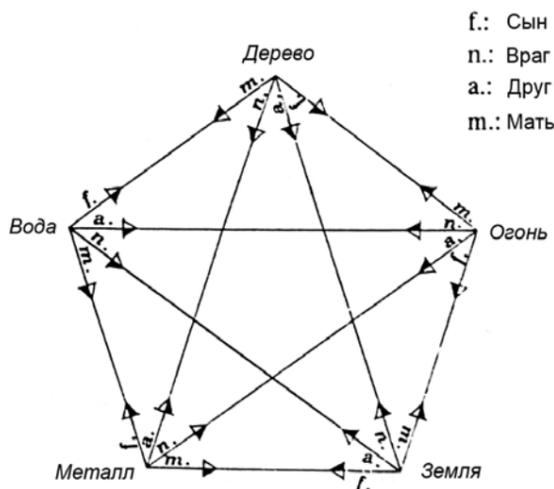
Ниже речь пойдет об астрологии *Нагци*, черной астрологии, или астрологии элементов, тибетской системе *Джунгци* (*byung rtsis*).

Пять элементов

Астрология *Джунгци* включает в себя пять элементов: Дерево, Огонь, Земля, Железо и Вода. Каждый из них символически представлен определенным цветом и геометрической фигурой. Прямоугольник представляет Дерево, соответствует зеленому цвету и элементу Воздух. Каждый раз, когда в тибетской астрологии упоминается Дерево, мы имеем в виду то, что на Западе известно как элемент Воздух. Чтобы понять это, надо думать о Дереве не как об инертном материале, но как о живом дереве. Дерево растет и развивается с каждым днем, вечно меняется и движется на ветру. Этот непрерывный рост и подвижность, эта энергия и способность развиваться, являются внутренними характеристиками и отличительными признаками элемента Воздух. Именно поэтому в качестве его символа используется живое дерево. Зеленый цвет и прямоугольник также напоминают о дереве.

Треугольник и красный цвет представляют Огонь, с его свойствами жара и способности расширяться. Земля и ее устойчивость представлены квадратом. Ее цвет желтый, символизирующий богатство (желтый – цвет золота) и изобилие.

Полукруг и белый цвет указывают на элемент Железо. Железо или Металл (другое название этого элемента) принадлежит Земле и рождается на Земле.



Говоря о Земле, мы имеем в виду что-то большое и тяжелое. Упомянув Металл, мы подразумеваем что-то твердое, концентрированное и плотное, однако, заключенное внутри элемента Земли. Именно поэтому, при рассмотрении элементов вообще, Металл иногда исчезает как отдельный элемент и становится частью Земли. Система астрологии Карци, например, признает только четыре стихии: Воздух, Огонь, Земля и Вода, что в точности соответствует классическим четырем элементам западной астрологии.

Вода, с ее постоянной текучестью и способностью принимать любую форму, представлена фигурой без углов, кругом и синим цветом.

Мать и дитя

Эти пять элементов образуют стройную систему и являются материальной основой всего существующего. Их порядок не случаен: между отдельными элементами на самом деле существует определенные отношения. Отношения между одним элементом и всеми остальными, прежде всего, «порождающие», или, как говорят тибетцы, пять элементов движутся «от матери к дитя»: Дерево – мать Огня, Огонь – мать Земли, Земля – мать Железа, Железо – мать Воды и, наконец, Вода – мать Дерева. Таким образом, круг замыкается, и цикл начинается снова. Чтобы понять значение этого (и в то же время запомнить правильный порядок) нужно принять во внимание физические характеристики каждого элемента. Тот факт, что Дерево порождает Огонь, очевиден. Огонь порождает Землю – что такое наша Земля и другие планеты, если не результат охлаждения огненной сферы? А Земля, по которой мы ходим каждый день, это не что иное, как внешняя корка ядра раскаленной магмы, способной

трансформироваться в твердую черную скалу, как только она выходит из жерла вулкана!

Земля порождает Металл – глубоко в ее недрах рождается этот твердый и блестящий элемент, одновременно плотный и податливый.

Говорить о том, что металл порождает воду, значит обращаться к его характеристике, хорошо известной алхимии: свойству металлов плавиться,

является матерью его материнского элемента).

На примере элемента Огонь мы можем сказать, что мать Огня – это Дерево, дитя Огня – это Земля, друг – это Металл, а враг – это Вода.

Друг и враг

Отношения между двумя не идущими по порядку элементами в порождающем цикле считаются негативным, негармоничным, конфликтным. Надо заметить, что отношение друг-враг никогда не является взаимно выгодным или взаимно неблагоприятным. Например, Вода – это враг Огня (может потушить его), вместе с тем, Огонь является другом Воды (приводит ее в движение, расширяет и трансформирует ее, как в процессе кипения).

Этот метод соотношения элементов друг с другом – не единственный из возможных. Например, в астрологии Карци при рассмотрении элементов созвездий или элементов, управляющих определенным днем, учитываются совершенно другие аспекты.

Однако, в любом случае, основой всех типов астрологии Тибета являются отношения между элементами. Анализируя связь между ними, часто можно интуитивно понять, каким будет результат их встречи. Что случается, например, когда соединяют Огонь и Воду? Или Огонь и Воздух? (Воздух помогает Огню расти и т.д.).

Отношения между элементами управляют всем что суще-

тем самым порождая жидкий элемент, лучшим образцом которого является Вода. Вода порождает Дерево: здесь возвращается дерево, чьи жизненные силы питаются водой, и без воды не может существовать ни одна из форм растительной жизни.

Этот цикл непрерывного порождения можно проследить и в обратном направлении. В этом случае мы говорим, что

<i>Xin</i> дерево	<i>Me</i> огонь	<i>Sa</i> земля	<i>Jag</i> металл	<i>Qu</i> вода
зеленый	красный	желтый	белый	синий

Дерево – дитя Воды, Вода – дитя Металла, Металл – дитя Земли, Земля – дитя Огня, а Огонь – дитя Дерева, которое, в свою очередь – дитя Воды и т.д. Именно это имеется в виду, когда говорят, что два элемента имеют отношения матери и дитя. Такие отношения, как правило, считаются хорошими (особенно отношения мать – дитя, так как мать «защищает» свое дитя, а в обратном направлении это выражено чуть меньше), а значит гармоничными отношениями согласия между двумя элементами.

Четыре типа отношений

Между элементами существуют четыре разных типа отношений: 1) мать, 2) дитя, 3) друг и 4) враг. У каждого элемента есть элемент-мать (от которого он происходит), элемент-дитя (который он порождает), элемент-друг (который помогает его проявлению и является сыном сына) и, наконец, элемент-враг (который стремится к разрушению этого элемента, и

стает. Что касается человека, их согласие или несогласие определяет те сферы жизни и типы ситуаций, которые он найдет особенно трудными и опасными, или наоборот, легкими.

Если рассматривать элементы двух людей, здесь возможно понять смогут ли они счастливо жить вместе, благоприятствует или создает конфликт комбинация их личных элементов.

На внешнем уровне, соотнося личные элементы человека и элементы, управляющие определенным моментом, будь то год, месяц или день, возможно понять ту степень легкости или трудности, которую можно ожидать. Чтобы определить какой из дней лучше подходит для определенного вида деятельности, для каждого дня могут быть сделаны точнейшие расчеты.

Кроме того, астрология часто используется врачами. Врач должен знать астрологию, в противном случае он не сможет понять состояние человека и вылечить его. Элементы, рассматриваемые в астрологической системе

Джунгци, не совпадают или идут в другом порядке, по сравнению с элементами других астрологических систем и буддийской философии. Этот набор элементов, однако, принят в теории тибетской медицины. Здесь каждый элемент имеет свою собственную функцию и точно соответствующее ему место в физическом теле. По мнению тибетцев, болезнь возникает, когда внутри человека появляется негармоничная ситуация – разлад между элементами.

Преобладание одного из элементов дает человеку определенные качества, устремления, тип мироощущения и уровень энергии как внутри, так и снаружи.

Знание этого дает человеку четкое понимание того, как вести себя в соответствии со своими жизненными обстоятельствами. В Тибете, астрология не является самоцелью. Это строго прикладная наука. Ничто не оставлено на волю случая. Существуют точные методы для вмешательства в ситуацию и восстановления равновесия. Вместе со знанием о каждом расстройстве существует определенный метод, приводящий человека в гармоничное состояние.

Это верно не только по отношению к внешним обстоятельствам, в которых мы живем, хотя не стоит игнорировать возможность выбора наиболее благоприятного момента для наших действий, позволяющую жить в гармонии со временем. Однако еще более ценным является знание нашей личной ситуации на уровне элементов, с помощью которого мы можем понять и исправить физические и психические тенденции, обусловленные дисбалансом в наших элементах, что позволяет нам духовно развиваться.

Вся реальность, как на физическом, так и тонком уровне, состоит из пяти элементов. Эти элементы управляют как нашим внутренним, так и внешним миром. Они относятся и к конкретному физическому миру, и к внутренним характеристикам. Они определяют качество энергии и тенденции ума. И, в конечном итоге, они являются тонкими сущностями, светом и цветом. Постигание этого означает вхождение в самое сердце реальности. Это знание можно использовать разнообразными способами на множестве уровней. Подобно камню, брошенному в воду, создающему расходящиеся круги, знание о пяти элементах – важное ядро, расширяющееся далеко за пределы видимости. ©

Мария Рита Лети изучала восточные языки и цивилизацию в Университете востоковедения в Неаполе. Она много лет интересуется тибетской астрологией и совершенствует свои знания под руководством Чогьяла Намкая Норбу, учеником которого она является уже долгое время. В настоящее время она живет и учится в Риме.

Перевод: Светлана Калашикова
Редактирование: Наталья Таликова

Бепе Гойа Проявления реальности вокруг нас

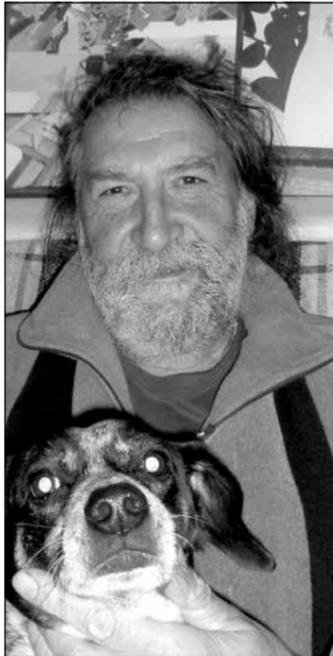
В юности в течение четырех лет я учился в институте искусств в Гориции. До этого я учился в индустриальном институте, но там мои дела шли не очень хорошо. Тогда летом к нам приехал мой дядя и сказал моим родителям, что я не создан для этого типа обучения, потому что я был действительно одержим дизайном еще с малых лет. Он рекомендовал им отправить меня в художественную школу. В то время мы жили за городом, и художественный институт был не очень близко, и мои родители думали, что я слишком мал – мне было тринадцать лет – ездить туда каждый день. Но ему удалось убедить их, и я начал посещать институт искусств. Там мои дела пошли действительно хорошо.

Когда мне было 18 лет, у меня начались выставки, и я выиграл несколько медалей в институте и другие маленькие призы за мои работы, и это действительно вдохновило меня. Когда к нам приехали друзья из Венеции, бывшие студенты института, которые в то время уже ходили [на занятия] в Академию Изыщных Искусств, которые были старше и были нашими «идолами» с их длинными бородами и вельветовой одеждой; это стало еще одной целью для меня. И когда мне было около 18 лет я начал посещать Академию Изыщных Искусств в Венеции.

В Академии я начал работать с мастером Бруно Саетти, важным художником, который имел определенное соперничество ко мне и считал, что я хорошо владею техникой, и поэтому я стал его помощником. Потом наступил 1968-й, когда мы «захватили» Академию и все стало сложно. Мы воювали против системы, и Академия стала местом для свободных встреч. Она была оккупирована студентами, проводились свободные уроки о театре, о живописи и т. д., и мы приглашали разных лекторов. Мы все были политизированы и стали лидерами левых экстремистов.

Но при этом там постепенно происходил некий раскол – было два или три инцидента, связанных с деньгами – и идея студентов быть «социальной группой» начала распадаться.

С того момента я оставил все это позади – подталкиваемый своего рода духовным исканием, я отправился в Истанбул и оставался там в течение нескольких месяцев. Весь 1968-й год я путешествовал. Автостопом до Бриндизи, затем сел на паром в Измире, затем постепенно добрался до Истанбула. Там мы зависали в отеле *Gulan*, описаном Гинзбургом, курили, пытались быть похожими на наших кумиров, и в какой-то момент, когда я не нашел ничего, что я искал, и то чувство ушло, мы вернулись в Италию, где все уже успокои-



ли Карминати. Я выиграл этот приз, и находился там, на площади Карминати, в течение пяти лет. И после этого, когда у вас есть бесплатная студия и другие вещи бесплатно... Я нравился мастеру Саетти, но время от времени я вел себя плохо, что было не хорошо для его имени. Потом в 1974 году я отправился в Индию на несколько месяцев, и когда я вернулся, у меня уже не было моего места с ним в академии, и мне пришлось начать свою работу полностью сначала и вернуться и преподавать в лицее Artistico.

Однако, до этого я был безработным в течение нескольких лет. Я не пытался идти вперед – у меня был своего рода кризис, в котором я не чувствовал сотру-

После ретрита в Монтебулуна мои поиски уже не были скачкообразными или тотальными. Потому что раньше я работал 12 или 14 часов в день, на самом деле изматывающим образом. С этого времени я стал переходить от одной вещи к другой, делая то, что я любил, не следуя больше художественным течениям как в прошлом, когда в моих эстетических исследованиях некий период я работал над, например, сюрреализмом. Сейчас я постепенно начал быть более расслабленным. Мое исследование уже не было навязчивым и полностью всеобъемлющим. В прошлом я бы мечтал о работе, которую я хотел бы сделать, имел бы образ в моем уме, но как только я на-

Сегодня у меня больше нет никаких историй, чтобы рассказывать, или каких-либо видений, чтобы показывать всему миру. Я никогда не был частью художественного движения. Я проводил мои личные исследования, беря что-то здесь или там. Я принадлежу к индивидуалистам, которые находятся в стороне от всех этих художественных течений, хотя всегда есть некоторый контакт с потоком, потому что вы не можете начать из ничего. Вы начинаете с большого количества эстетической культуры, поглощая много эстетического формализма. Мои эстетические и духовные исследования были вызваны чувством неудовлетворенности, которое нужно было растворить.



«Сутра Тигр и Клабника» Бепе Гойа

Последняя работа Бепе – это 10-страничный буклет, иллюстрирующий древнюю притчу Азен с помощью техники гравюры с травлением и аэктинтом. 10 пластин напечатаны в цвете. Текст иллюстрирован в четкой и современной письменности. Тираж 30 экземпляров книги плюс 10 художественных оттисков. Изготовлен из бумаги Пеше 350 гр. Иллюстрированные пластины 25 см x 35.

лось, и я вернулся к работе в академии.

Я был владельцем своей художественной студии в разных частях Венеции, мои работы стали показывать в галереях и я выиграл несколько важных призов. В то время я был сильно увлечен, и опробовал множество различных эстетических форм в моей работе, которые были экспериментальными. Это не было исследованиями в какой-либо конкретной художественной струе, абстрактной или в неформальной. У меня был некоторый опыт в этом, но он длился не очень долго. Я был очарован определенным стилем, только будучи студентом, проводящим исследования, но эти опыты не были очень глубоки, они были в большей степени поверхностными. И я все еще был не удовлетворен моими исследованиями.

Существовала премия, которую один зажиточный человек оставил в наследство фонду *Venilacqua La Masa*. Она присуждалась ежегодно перспективным молодым художникам. Это была прекрасная студия на площа-

ничества с обществом, будучи используемым как инструмент.

Существовали все эти идеологии, и я также почувствовал, что хотел испытать, что такое «реальность». Поэтому я пошел работать в течение нескольких месяцев в порту Монфальконе на погрузке и разгрузке древесины. Это была действительно тяжелая работа, и я возвращался домой в конце дня полностью истощенным. Вначале я был довольно сильно напряженным, но потом все имеет свой вес... и после восьми часов в порту

Затем, летом 1980 года, в Монтебулуна, я вошел в контакт с Чогьялом Намкаем Норбу и учением. В то время я работал в лицее Artistico в Треviso и мой друг, который знал, что мне было бы интересно, рассказал мне, что в Монтебулуна есть индийский мастер. В то время я уже следовал Гуру Махараджи, который был очень молодым тантрическим мастером. Этот первый ритрит с Ринпоче был замечательным и очень повлиял на меня. Я начал немного расслабляться...



чал немного практиковать, я постепенно начал обретать некие переживания.

И я вспоминал, когда я начал что-то делать. Я не помню себя ничего не делающим. Даже в детском саду они учили вас делать то или это. И я делал это, это было приятно, они говорили мне, насколько я был хорошим. То же самое было с моей бабушкой, которая говорила мне, как хорошо я рисовал. Но вы не понимаете, что эти навыки, эти инстинкты – это то, что вы имели ранее. Карма. В прошлом я уже делал нечто подобное. Для меня было легко рисовать, это приносило удовлетворение и я двигался вперед. Это был психологический механизм, который я мог понять, и я почувствовал, что я всегда работал в этой области.

В 1981 году я переехал в Меригар. Это было в апреле на Пасху и Мастер был здесь в Меригаре и все спали в спальнях мешках на полу. Затем, к лету, я обзавелся палаткой и вскоре после этого купил маленький дом в Касидоре и начал его ремонтировать.

Сегодня я думаю, что проявление «реальности, которая нас окружает», через формы и цвета является глубокой необходимостью для меня. Что обращение к попыткам слов и общения является необходимостью в личном экзистенциальном путешествии. А желание и привязанность к «деланию» является синонимом исследования первичной гармонии и формальное утверждение своего пути. Сейчас я съел свои суетные амбиции, конкретное «мировоззрение», художественные тенденции и интеллектуальные маршруты, которые, как правило, заряжают ум и эго. Поскольку я не могу подавить основные желания, потому что, чтобы смягчить этот путь «делания», я ищу успокоение тревоги в каждом своем действии.

Все это часть видения и теперь, когда я встретился с практикой и всем, что происходит, моя бесконечная благодарность идет к Учителю, Сангхе и Дхарме. ©

Перевод: Светлана Лагуз
Редактирование: Наталья Таликова

Боробудур: Приключения паломника

(Часть I)

Линн Ньюдом

Линн Ньюдом изучала и практиковала тибетский буддизм, как учили и передавали Чогьям Трунпа Ринпоче и Намкай Норбу Ринпоче, более 40 лет. Рассматривая фотографии древних сооружений Боробудура, она распознала символизм путей девяти ян. В 2012 г. она отправилась в одиночное паломничество на Яву, в Индонезию, чтобы распознать загадки Боробудура и его могучие послания из первоисточника. Линн планирует вернуться в Боробудур этим летом.

В первой части (из трех), Линн отправляется в это путешествие и начинает свое изучение.

Древние скульптуры изысканной красоты вырезаны на стенах огромного каменного храма. Меня пленил Боробудур с момента, когда я открыла книгу «Золотые сказки Будды»¹. Это был он – яванский памятник, построенный между 760 и 830 годами, похороненный под джунглями в течение многих столетий, и вновь открытый в 1814 году; остающийся загадкой для современного мира. С профилем ступенчатой пирамиды, вид с воздуха на Боробудур открывает отпечаток гигантской мандалы. Его священные изображения стали отголоском Тибетского Буддизма, который я изучала и практиковала на протяжении более двадцати лет, и сущность этого далекого места резонировала во всем моем существе.

Перенесемся на следующие двадцать лет вперед, в 2011 год, когда я открыла эту книгу снова и немедленно поняла, что я должна отправиться в Боробудур. Будучи американкой в свои пятьдесят, я



не знала, будет ли безопасно такое предприятие – в одиночку отправиться к подножию действующего вулкана на острове, которого я не могла найти на карте. Я не любила путешествовать, мало понимала исламскую культуру Индонезии, и не могла говорить на местном языке. Тем не менее, я заказала билеты на рейсы через полмира и заказала на месяц отель Махонара, который находится в священных землях Боробудур-парка.

За первые семь месяцев 2012 года я посвятила каждую свободную минуту изучению индоне-



зийского языка и интенсивному исследованию Боробудура. В своем первоначальном значении или использовании Боробудура есть много непонятного, но он был построен, когда Буддистские линии Махаяны и Ваджраяны процветали в Индии и распространялись вдоль торговых путей по всей Азии. Структура имеет 432 Дхьяни Будды² на его внешних стенах, еще 72 Будды на верхней террасе, и 1460 панелей детального барельефа в пределах своих галерей.

Хотя образы скульптур происходят из древней Индии и Индонезии, их буддистский посыл находится вне времени и культуры. Я рассматривала серию рельефов Боробудура, начинающихся с основания и опоясывающих около четырех восходящих уровней, описывающих путь через Янь³ к просветлению. Я собиралась поехать туда в качестве современного паломника, чтобы, следуя следам этого пути, испытать мудрость Боробудура напрямую.

В июле я была удачлива, чтобы присутствовать на ретритах, где учил Намкай Норбу Ринпоче. Там я извлекла несколько ценных идей. Открывая Всемирную Мандалу, Ринпоче сказал, что мы строили ее не для себя, а для лю-

дей будущего. Возможно, Боробудур, тоже был создан не только для буддистов девятого века, но и для последующих поколений. Ринпоче передал краткую историю буддийских линий, представив ясные обстоятельства Боробудура. А опыт сидения часами в горячих залах для медитаций был хорошей подготовкой к поездке в тропический климат.

К концу июля я думала, что готова ко всему, но я не могла предположить, что потеряю очки. В течении изнуряющего ночного полета из Бостона, я приняла две таблетки снотвор-

ного, не приняв во внимание, что каждая из них содержала по две дозы. Таким образом я на самом деле приняла четырехмерную дозировку. Последнее, что я помнила перед сном – это то, что я искала свой очечник; а первое, что я поняла после пробуждения – это то, что мои очки пропали. Без них я была почти слепой.

Мне представилось, как я проведу целый месяц в месте своей мечты, не имея возможности видеть его. Ситуация выглядела мрачной, но я была полна решимости не позволить этому разрушить мою поездку. Сквозь туман пересадок в Лондонском и Сингапурском в аэропортах, я позвонила в свой отель и оставила сообщение. Когда я, наконец, приземлилась в Яве, мое окружение было в тумане. Я нашла автомобиль, который привез меня прямо в «экспресс» магазин-оптику. Там, хотя я и была не в состоянии донести информацию, почему я не могу видеть большую «Е» на графике, оптик понял, каков мой рецепт очков. Примерно через час мои очки были готовы.

Я прибыла в новую страну, и теперь буквально взглянула на Индонезию новыми глазами.

Внезапно мир стал ярким и привлек в дикое движение. Всюду вокруг меня, улицы Джогжи⁴ кишели мотоциклистами, половина из которых были женщины в традиционных мусульманских платках. Ни одна из них не обращала внимание на центральную линию дороги, и все они, казалось, пренебрегали опасностью. Пугаясь, я неоднократно восклицала, «Сумасшедшие!», и мой водитель, Эко, смеялся в знак согласия.

Используя свой ограниченный индонезийский, я разговаривала с Эко, который спросил, сколько времени я пробуду в Боробудуре. Когда я ответила: «сату булан» (один месяц), он удивился, затем сказал мне, что я имела в виду «сату-хари» (один день). Я пыталась объяснить «сату булан», но Эко был убежден, что я имела в виду один день, потому что никто не остается в Боробудуре на один месяц.

Час езды так и оставался на улицах города, не собираясь становиться окраиной, как я ожидала; так что я была удивлена, когда вдруг в поле зрения появился Канди⁵ Боробудур. Ав-

томобиль свернул, чтобы въехать в парк Боробудур и остановился перед элегантным отелем Манохара. Мое новое жилище, построенное из богато украшенных резьбой деревянных балок и изящной крыши, имело всего несколько наружных стен. Поэтому, его «внутреннее» пространство открывалось прямо на великолепную прилегающую охраняемую землю.

Следующее утро было 1 августа, и я была готова начать свое исследование. Прогулка до Канди оказалась легкой, от моего номера по холму, ограниченному железным забором. Я вошла через главные Восточные Ворота и поднялась по крутой лестнице, чтобы достичь основания. (Четыре стороны Боробудура соотносятся с направлениями сторон света, каждая с воротами и лестницей, ведущей к центральной



круговой террасе.) Большинство посетителей переходят прямо к вершине, но в первый день я поприветствовала пару каменных львов, охраняющих вход, повернула налево и прошла по кругу с внешней стороны стен Боробудур.

Надо мной справа находились сидящие Будды, а слева от меня был открытый ландшафт. Я остановилась перед каждым Восточным Буддой с мудрой Свидетельства Земли, огорчившись, увидев, что многие из них были без головы или рук, или вообще без того и другого. Ниже Будд располагался скульптурный ряд элегантных мужских и женских бодхисаттв, окруживший всю стену. Я была озадачена, не различая в них описательные рельефы, и только со временем поняла, что они были в числе дополнительных 1212 «декоративных» панелей Боробудур.

В юго-восточном углу, часть внешней стены была удалена, чтобы показать часть исходного фундамента Боробудура⁶. Здесь сцены существ мучеников с искривленными телами и гримасами иллюстрировали *Сутру Кармавибханга*⁷. Хотя лишь немногие из 160 оригинальных панелей остались видимыми, понимание страдания и цепи его причин необходимо для того, чтобы вступить на путь Буддизма.

Продолжая двигаться в сторону юга, я останавливалась у каждого Будды с мудрой щедрости, а затем у Западных Будд с мудрой медитации и, наконец, у Северных Будд с мудрой бесстрашия. Хотя их не было видно с моей позиции, Центральные Будды с мудрой учения, расположены

вдоль всех четырех сторон пятого уровня.

В середине утра я услышала исламские молитвы, транслируемые, казалось, с гор по четырем направлениям. Их низкий резонанс звучал для меня, как тибетские воспевания, призыв к медитации. Моим инстинктом было повернуться наружу и принять позу Будды. Глядя на экспансивный вулканический массив, я чувствовала, как будто я нахожусь в центре мира.

Мне очень хотелось поприветствовать людей – персонал отеля, охранников парка и путешественников, моими несколькими фразами на индонезийском. Для центрального яванца, встретить кого-нибудь из США было необычно. (На самом деле, во время всего отдыха я не столкнулась ни с одним белым американцем.) Представляясь, я всегда получала

[в ответ] широкую улыбку и восторг: «Америка – хорошо!» Многие индонезийцы просили меня сфотографироваться, а женщины тепло обнимали меня. Тот факт, что я буддистка обращал их в некоторое удивление и любопытство, а услышав, что я остановилась в Боробудур на «сату булан» неизменно приводило их в шок. Вскоре я была признана женщиной «сату булан».

Я провела вторую половину дня в своей комнате, изучая сутры и символизм рельефов. Ужин в открытом павильоне принес самый восхитительный сюрприз – живую музыку *гамелана*⁸. Этот богатый каскад колоколов был особенно привлекателен для меня, как музыканта. Позже, традиционные яванские танцоры в богатых костюмах выполняли медленные, грациозные движения их древнего искусства. И поднимаясь на заднем плане, красовалась Канди Боробудур, освещенная в ночном небе. ©

1. Боробудур «Золотые сказки Будды», текст Джона Миксика, фотографии Марчелло Транчини, Издательство Шамбала, 1990.

2. Пять «семей» Будд, каждая из которых относится к определенной мудрости, направлению, цвету и т. д.

3. Буддийские Яны можно рассматривать как прогрессирование учений, подчеркивающее различные аспекты знаний и опыта.

4. Индонезийское название Джогжакарты.

5. Произносится «Чаунди», индонезийский термин для древнего буддийского или индуистского храма.

6. Первоначально «скрытая ступня» была покрыта прочным фундаментом на раннем этапе строительства в Боробудуре.

7. Учение Будды о сансаре и действие кармы
8. Индонезийский «оркестр» гонгов, металлофонов, барабанов и, часто – вокалиста/солиста.

Доверие 100%!

Ретрит Гуру Драгпур
Тенерифе 26 декабрь
2012 – 1 января 2013

Альба Папини

Как мы можем говорить о капле воды во время проливного дождя. Как мы разделяем на нее? В своей сути она содержит весь дождь, это и есть дождь.

Так я себя чувствовал, про-сматривая свои заметки по ретриту Гуру Драгпур, который Учитель провел на Тенерифе 26 декабря – 1 января, во время зимнего солнцестояния 2012 и перехода в 2013 год.

В течении трех дней интенсивной практики Танца Валжра, которую мы делали в Гранд Отеле Кальяно на Тенерифе, а также во всем мире, в декабре с 21 по 23, я чувствовал как всепроникающее чувство беспокойства растворяется в состоянии покоя. Мир вокруг и Испанское общество, в частности, было настолько ошеломлено распадом системы защиты общества, с последующим громадным страданием от страха и спутанности в сознании у людей – это напряжение во мне расслабилось.

... Не существует ни одной стороны, которая соответствует нашему состоянию ... эволюция связана с постижением. В двойственности есть хорошее и плохое, правильное и не правильное, что постоянно борется одно с другим; тысячи заболеваний, вызванных негативными провокациями ... Деньги обуславливают наши жизни, сложные, короткие ... Вам нужно знать, как непосредственно войти в практику, быть в присутствии, вам нужно понять, как подготовить себя к выходу из клетки и улететь ...

Некоторые из многих капель, которым Учитель позволил упасть на нас, на эту жгучую жажду. Приходя и уходя, следуя за идеальным потоком, он рассказал нам о необходимости раскрыть нашу истинную природу через опыт, через который мы все узнаем, даже обычные вещи, без необходимости иметь систему убеждений.

Все опыты связаны с явлениями, природой элементов и тремя нашими вратами (тело, речь и



ум). Таким образом мы можем обнаружить, что Будда называл природой Пустоты, совершенной и светоносной, за пределами объяснений. И как мы узнаем без объяснений? Посредством опыта.

Через Учителя.

Он дает нам передачу и знакомит нас с нашей потенциалностью, для открытия Ригпа, для проявления которого может понадобится время и работа.

Передача и метод от него, а участие, доверие и применение от нас. Гуру Йога, а также обучение тому, как быть в присутствии, вспоминание о том, чтобы быть в присутствии, практиковать. Понимая, что прошлое негативно влияет на нас, мы должны очистить его и затем оставить, продолжая жить и наслаждаться нашими быстротечными и постоянно изменчивыми обстоятельствами, для того чтобы иметь возможность объединяться с нашими тремя измерениями телом, речью и умом в мгновенном присутствии. С песней Валжра. Но что происходит, когда мы следуем пути и рискуем пре-

рвать его из-за того что негативное возвращается? Мы должны научиться устранять преграды, но учитывая то, что отрицательное не может быть устранено, мы отправляет его обратно туда, откуда оно пришло.

И снова доверие. Полная вера. Чтобы преодолеть негативное и укрепить энергию для достижения нашей реализации нам нужно время, положительное и здоровое время чтобы преодолеть и очистить карму, которая созревает. Мы не знаем, как закончится наша жизнь, через болезнь или несчастный случай.

Гуру Падмасамхава был приглашен в Тибет и должен был взять покорить чрезвычайно сильных местных бонских охранителей. Препятствия возникли непрерывно и постепенно эти Охранители стали Охранителями Учения. Последним присоединился Дордже Легпа. В традиции Бон существовал ряд Учения Дзогчен, и когда Падмасамхава победил его, он стал одним из важных Охранителей Учения Дзогчен. Тем не менее, Гуру Падмасамхава успешно объединился

с формой Гуру Драгпура, как частью древней традиции Бон.

Гуру Драгпур – это Гуру Падмасамхава.

Практика воды, Цзо (Tso), наделяет силой устранить болезни, которые являются опасными для человека и животного. Тогда существовал практикующий Сакьяпа который был способен остановить даже холеру и был приглашен в деревню, чтобы сделать Цзо пуджу и ритуалы. И когда Учитель спросил у него о практике Цзо, он обнаружил что она была частью древней практики Гуру Драгпура.

Ритуал Сан (San) также происходит из традиции Бон, также как изготовление Торма, все это было передано Гуру Падмасамхавой. И даже семенной слог мощной практики Гаруды берет свое начало в традиции Бон, и также было сохранено и передано Гуру Падмасамхавой.

К примеру, лунга в Тибете также берут свое начало в Бон, там есть объяснение изображений пяти животных. Сущностная энергия животных представляет собой элементы. В целях

исцеления нарушений отношений между личностью и элементами, использовалась не только медицина, но в большей степени пуджи и ритуалы, многие из них относились к практике Гаруда, для уравнивания энергии.

Огонь в традиции Бон, это символ функции энергии, источник. Так одним из важнейших животных изображаемых на лунга является огненный орел. В центре лунга находится конь с норбу, драгоценностью на его спине, символ индивидуума, чья потенциалность сохраняется в течение многих лет и жизней.

Также там есть Тигр, символ Воздуха, потому что он живет в лесу, полном деревьев, что представляет собой Воздух в тибетской астрологии. Лев олицетворяет Землю. Затвердевшая земля становится скалой, и создает высокие горы, где лежит снег. В Тибете и даже Китае говорят, что там живет снежный лев, с зеленым мехом и напоминающий маленьких тибетских собачек.

И наконец, Дракон представляющий Воду. Говорят, что

>> продолжение на следующей странице



Новый Год на Тенерифе и Тибетские Танцы

Елена Фокина

Ганапуджа началась в 16:00, мы все быстро приготовили под руководством Цветана.

После ганапуджи, мы раздали всем йогурт, но мы сделали это скрытно, так чтобы Ринпоче об этом не знал. Когда он начал есть свой йогурт, мы тут же достали наши и стали делать то же самое. Это было Новогод-

ним Объединением.

После этого Ринпоче попросил нас петь Тибетские песни и танцевать. Мы танцевали с Адрианой Даль Борго и с Церингом и Топгьялом.

Ринпоче ушел с вечеринки в 22:30.

Мы продолжили танцевать, и в полночь каждый съел 12 виноградин. Это испанская традиция – съесть одну виноградину и загадывать что-нибудь с каждым ударом часов. После мы танцевали и танцевали.

Что замечательный Новый Год это был! ©

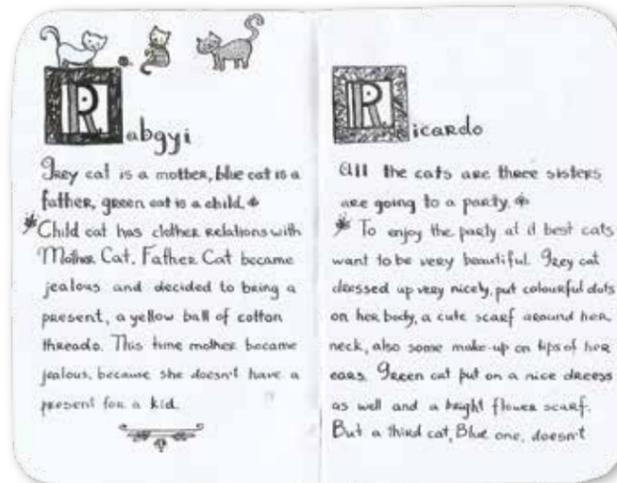
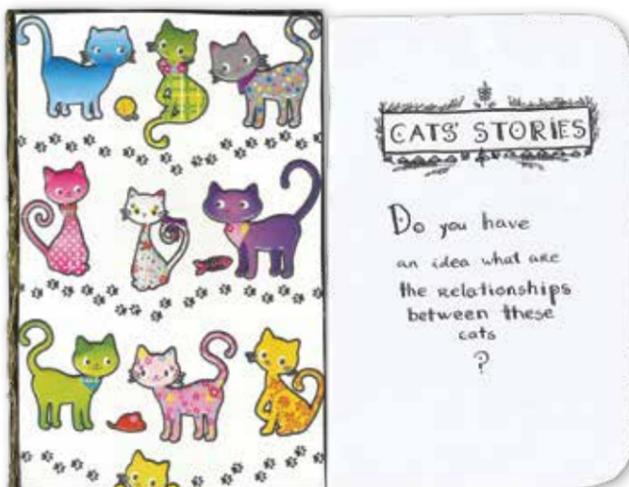
Кошачьи истории

Как вы думаете, какие отношения между этими кошками?

Поздравительная открытка с разноцветными котами лежала на столе Ринпоче с Рождества.

Однажды, солнечным днем на Тенерифе, Ринпоче спросил нескольких студентов, бывших с ним рядом в тот момент

И, одна за другой, истории появились



Рабги:

Серая кошка – это мама, голубая кошка – это папа, зеленая кошка – это малыш. Малышу-котенку ближе Мама-Кошка. Папа-Кот ревнует, он решил подарить малышу подарок – клубок желтых ниток. Теперь Мама-Кошка ревнует, потому что у нее нет подарка для котенка.

Рикардо:

Кошки – это три сестры, которые собираются на вечеринку. Чтобы насладиться вечеринкой сполна, кошки хотят быть очень красивыми. Серая кошка нарядно оделась, украсила себя цветными пятнышками, одела модный шарфик, и сделала макияж для кончиков ушей. Зеленая кошка тоже одела красивое платье и яркий цветочный шарф.

Третья Неделя Тибетской Культуры

Альдо Онето

Третья Неделя тибетской культуры состоялась с 11 по 17 января в San Cristobal della Laguna, культурном и университетском городе на севере острова Тенерифе, признанном Юнеско достойным человечества.

Главной темой была Тибетская медицина, со значительным числом посетителей, которые были очень заинтригованы и очарованы огромными темами, которые были рассмотрены тибетскими врачами, специально приглашенными из Тибета. Мероприятием руководил др. Пунцог Вангмо, которая не только говорила на специальные темы, такие как акушерство, роды и педиатрия, согласно представлениям Тибетской медицины, но и успешно организовывала лекции, которые проходили друг за другом в следующие семь дней.

Успех мероприятия, однако, состоялся также благодаря непрерывной энергии организаторов из Общины: Кундаслинг, Мерелинг, Международный Институт Шанг Шунг, ASIA и много добровольцев отовсюду, – тех, кто поддерживал и взял на себя многочисленные обязательства, кото-



Фото: Я. Бём

рые были частью этого события.

Если тема Тибетской Медицины сыграла главную роль в этом событии, другие мероприятия и инициативы, что сопровождали (его), также сыграли важную роль. На самом деле, в районе женского монастыря Санто-Доминго, который принимал Неделю Культуры, разрешенную к проведению местными властями, рядом с большой комнатой для бесед о Тибетской Медицине, также была возможность использовать большую площадь для тибетских танцев, песен, развлекательных мероприятий и отдыха. В дополнение была отведена красивая гостиная под выставку танкх, изображающих Медицинские Тантры (на правах аренды от ASIA), также обширное пространство, (которое) позволило посетителям наслаждаться картинами в полной мере.

Неделя Культуры открылась со вступительной речи Учителя о происхождении и истории Тибетской Медицины. После этого состоялась презентация врачей, которые только что прибыли из Тибета и создали сильную связь с Дзогчен Общиной как представил Учитель, с невероятной многотомной энциклопедией медицинских традиций всего Тибета, производением, представляющим безмерную ценность и интерес. В следующие дни, эта же команда врачей заключила соглашение между Ринпоче и «Aguere», состоящее в производстве и распространении Тибетской Медицины. Также церемония открытия сопровождалась открытием выставки ASIA.

В последующие дни, каждый из врачей сделал крайне важный доклад с прекрасными и четкими объяснениями главных тем.

Таких, как диета, образ жизни, состав лекарственных средств в соответствии с типом пациента, внешняя терапия с краткой презентацией тибетского массажа, терапия и лечение психических заболеваний и, наконец, основополагающие объяснения главных диагностических методов, используемых врачами.

В последний день Недели Культуры, Учитель выступил с лекцией в Университете Ла Лагуна на тему Смерть в Тибетской Медицине. Зал был полон людей, которые были очень внимательны к словам Учителя.

Концерт с участием Ани Чоин

был расположен концертный зал, было заполнено зрителями. Концерт был очень трогательный и произвел сильное позитивное впечатление.

Следующие три дня после официального закрытия, были посвящены Хоспису, где доктор Пунцог Ванмо провел умирающего в соответствии с Тибетской Медициной, в то время, как Фабио Андрико вел короткий курс по гармоничному дыханию и, наконец, Урген Сонам, тибетец из Австралии, провел семинар по изготовлению танкх на шелке.

Мы с нетерпением ждем встречи с вами на следующем



Фото: Я. Бём

Дролма, которая только что прибыла из Непала, имел большой интерес и огромный успех. Поликультурное пространство кино и театра Aguere в Ла Лагуна, где

проведении Недели Культуры Тибета. ©

Перевод: Светлана Чакова
Редактирование: Наталья Таликова

>> начало на предыдущей странице

многие торговцы, путешествовавшие по морям, находились в опасности исчезновения в пасти этих животных. Чтобы удостовериться в этом, они должны были привозить птиц и затем отпускать их лететь в океан, и если они возвращались, то море было свободным от Драконов. Это было самое могущественное животное, которое представляет собой элемент Воды.

Возвращаясь к практике Гуру Драгпура, Учитель объяснял, что она объединяет много функций реализованных энергий: защита от паралича с помощью Ваджрапани, для повышения интеллекта Манджушри, Авалакитешвара для сострадания, Будда Медицины для преодоления болезней и Амитаюс для долгой жизни.

Он владеет Гьялпо, мужским классом существ, которые создают негативные провокации, производя тревогу и нервозность. Поскольку люди все время беспокоятся, это мгновенно привлекает Гьялпо и еще больше усиливает нервозность. Паление в класс Гьялпо, через делание для них практики, ведет к их господству [над практикующим] не только на года, а на тысячелетия, и невозможно избавиться от этого. На протяжении китайской культурной революции Гьялпо появлялись везде, и все эти годы Далай-лама просил людей не делать практику Дордже Шутдена.

Другой фигурой, женской, [которую] контролирует Гуру Драгпур – это Семо, демонический дух, который является причиной негативного, вытягивает жизненную силу, как, например,



происходе в СПИД, когда человек не умирает немедленно, а становится слабее и слабее, до тех пор, пока не умрет однажды.

В течение посвящения, введения в практику Гуру Драгпура не только побеждается негативное, но также может быть достигнута полная реализация. Тем не менее,

ее ценность на относительном уровне существенна для укрепления энергии. То же мы можем сказать относительно практики Синкамуки. Вне состояния созерцания, в войственном видении, мы можем получить бесконечные несчастья, потому что когда энергия не упорядочена,

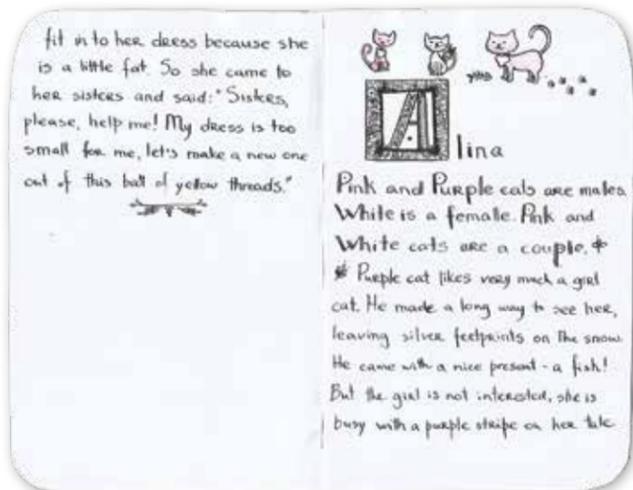
мы становимся пассивными и восприимчивы к негативным влияниям.

Учитель советует делать эту практику каждый день, достаточно 15 минут.

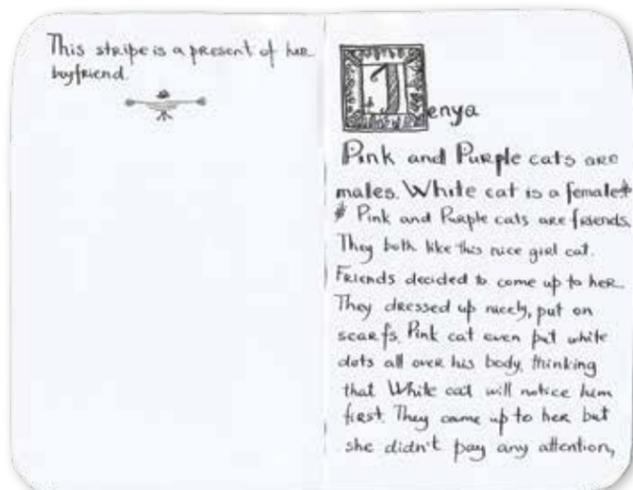
Холодный и не достроенный спортивный павильон в Алехе, в котором проходил ретрит Гуру Драгпура, стал ощущаться даже более уютно после ретрита, танцев и торжеств в Grande Hotel Callao. Растворяя день за днем в огне – всепоглощающим, тайным и изумительным, который Учитель зажег в нас. Новый год прошел без алкоголя, но с особой пищей, украшениями и вечеринкой с переодеваниями. Танцы начали и закончили год в переполняющей радости. ©

Перевод: Светлана Чакова
Редактирование: Наталья Таликова

Но третья, Синяя кошка не влезла в свое платье из-за того, что немножко поправилась. Она пришла к сестрам и говорит: «Сестры, помогите мне пожалуйста! Мое платье слишком мало, давайте сделаем мне новое из этого клубка желтых ниток.»



Алина:
Розовый и Фиолетовый – это коты. Белая – кошечка. Розовый кот и Белая кошка – парочка. Фиолетовому коту очень нравится Белая кошка. Он прошел долгий путь, чтобы увидеть ее, оставляя серебряные следы на снегу. Он принес милый подарок – рыбку! Но кошечке не интересно, она занята фиолетовой ленточкой на своем хвостике. Эта ленточка – подарок ее парня.



Женя:
Розовый и Фиолетовый – это коты. Белая – кошечка. Розовый и Фиолетовый кот – друзья. Им обоим нравится симпатичная Белая кошечка. Они решили пойти к ней. Они принарядились, одели шарфы. Розовый кот даже украсил себя белыми точками, надеясь, что Белая кошечка заметит его первого. Они пришли к ней, но она не обратила на них внимание, потому что была очень голодной и мечтала о рыбке.

>> продолжение на следующей странице



Меригар^{Запад}

Западный Меригар
Arcidosso 58031
GR Italy

phone: 390564966837
fax: 390564968110

office@dzogchen.it
www.dzogchen.it

Новости Западного Меригара

В целом, Январь и Февраль – это довольно сложное время для организации мероприятий в Западном Меригаре, так как холод и снег создают различные проблемы, связанные с логистикой и обеспечением.

Несмотря на это, нам удалось провести три разных важных события, согласно идее нашей программы на 2013 год – организации более «углубленных» курсов, открытых семинаров и мероприятий в которых мы могли взаимодействовать с местной общиной.

Состоялся курс-супервизж под руководством Лауры Евангелисти и Фабио Андрико, проводимый тремя инструкторами Янтра-йоги 2-го уровня. Этот уровень является более углубленным, на нем присутствовало около двадцати участников, которые приехали в Меригар, несмотря на проблемы, вызванные снегом и обледенением.

После был уикенд посвященный совершенствованию осознания дыхания с Фабио Андрико. Этот семинар был открытым для всех участников и Гомпа была заполнена – пришло более пятидесяти человек, причем половина из них не имела представления о том, что такое Меригар и они приехали только на этот курс.

День Лосара был посвящен продвижению проекта ASIA в области Амиата. На городской площади был

установлен стенд, мы показали документальный фильм в здании Городской Администрации Арчидозо и провели ужин солидарности в сотрудничестве с местной ассоциацией «Ла Ветторария». День прошел очень хорошо, в события приняли участие многие жители города и местная администрация. Делать что-то для других это не просто выражение согласия с ними. Это также возможность встретить новых людей и завязать с ними отношения, основанные на разделении общих идей и участии в новом, ценном проекте. По этой причине мы счастливы иметь возможность конкретным образом помочь ASIA, а также найти способ людям Амиаты и Меригара работать сообща над общим делом.

Воодушевленные успехом этих мероприятий, мы объявляем детали нашей программы на конец 2013 года. В данный момент, следующие события представляются самыми важными:

Ретриты с нашими Учителями:

- Ретрит на Пасху с Кьенце Еше по тексту Джигмеда Лингпы «Еше Лама».
- Два ретрита с Чогьялом Намкаем Норбу 6–13 сентября и 28–30 сентября.

Углубленные курсы и ретриты для практикующих

- Три Учительских Тренинга: по Первому Уровню Танца Ваджра с

Примой Маи 13–19 июля; по Первому уровню Янтра-йоги с Лаурой Евангелисти и Фабио Андрико 26 августа – 1 сентября; по Второму Уровню Танца Ваджра с Адрианой Даль Борго и Примой Маи 14–22 сентября.

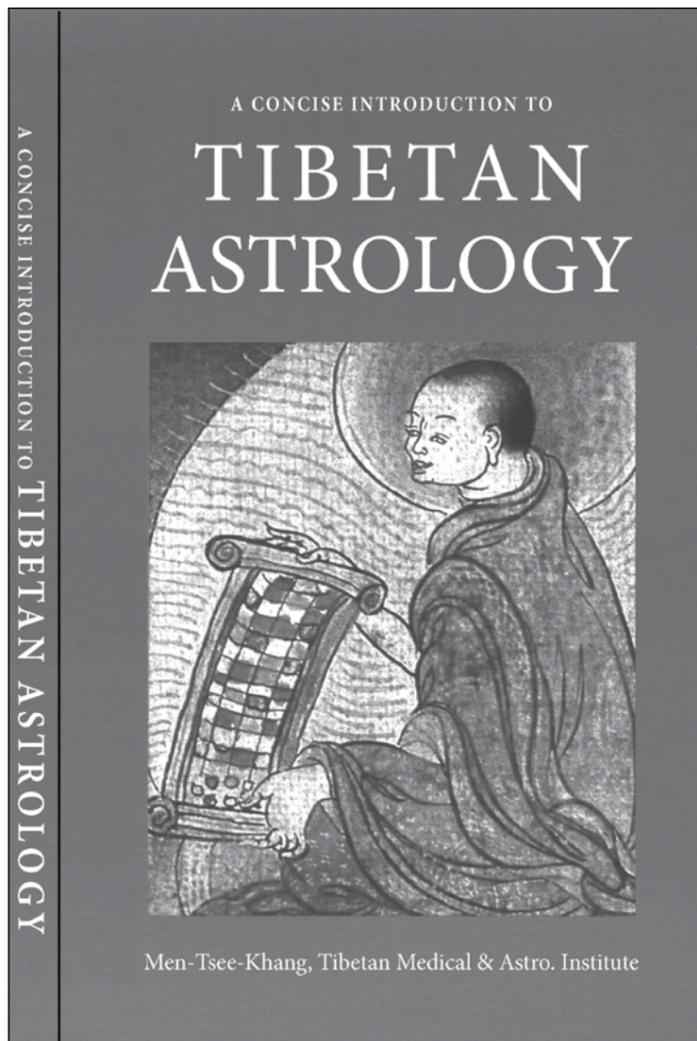
- Курс по первому уровню СМС с Фабио Рисоло в течение пяти уикендов, который также может быть доступен через закрытый вебкаст
- Практические Ретриты: по Сельмому Лочжонгу в апреле, Танцу Ваджра для инструкторов в июне, Мандраре с Ниной Робинсон в августе, Чод с Цультримом Алионе в ноябре.

Курсы, открытые для публики

- Неделя Танца Ваджра 21–27 июля и неделя Янтра-йоги 4–10 августа; на обоих курсах будут занятия, как для начинающих, так и для тех, у кого уже есть базовые знания. Особенно интересно то, что также состоятся занятия для детей – это Кумар Кумари Янтра-йога и Санти Маха Сангха для детей; для этих целей будут определенные недели, подходящие для семейного отдыха, где каждый сможет найти себе занятие.

Открытые дни

- Начиная с апреля, мы посвятим пару суббот в месяц тем людям, которые хотят посетить Меригар не только для осмотра достопримечательностей, но и для того, чтобы узнать немного об этом



A CONCISE INTRODUCTION TO TIBETAN ASTROLOGY

A CONCISE INTRODUCTION TO

TIBETAN ASTROLOGY



Men-Tsee-Khang, Tibetan Medical & Astro. Institute

месте. Для этого там будет кто-то, кто сможет рассказать об истории Меригара, о людях которые приезжают в Меригар и о том, какие у них есть на это причины.

Посетители смогут принять участие в демонстрации Янтра-йоги и Танца Ваджра, а также других мероприятиях, связанных с Тибетской культурой. ©

Германия, Берлин >>>Должунг

Дорогие все!

Мы счастливы сообщить, что наш драгоценный учитель дал имя «Должунглин» («Должунг» – обретающий все желаемое) новому лингу в «Берлине».

Всего наилучшего,
Ганчи Берлинской Дзогчен-общины
Германия

Нидерланды



Награда «Выдающиеся женщины буддизма»

Ганчи Голландии поздравляет Бабет ВанЛу (Babeth VanLoo) с получением награды «Выдающиеся Женщины Буддизма». Бабет стала первым сопредседателем «Моей реинкарнации», документального фильма о Ринпоче и Кьенце Еше.

Также по ее инициативе были организованы Фонд буддийского теле-

вещания Голландии и Европейский фестиваль буддийских фильмов, который проводится в Амстердаме. На протяжении многих лет Бабет ВанЛу сотрудничала с Фондом и фестивалем, как талантливый автор документальных фильмов о нескольких известных ламах и различных традициях буддизма.

С наилучшими пожеланиями,
Голландский Ганчи ©

Меригар^{Восточный}

Восточный Меригар
Asociatia Culturala
Comunitatea Dzog-Chen

23 August 907005
Constanta
Romania

phone: 0040 746 26 08 61
office@dzogchen.ro
www.dzogchen.ro

Последняя активность ганчи Восточного Меригара

Как сообщалось в предыдущем номере «Миррор», мы готовимся к фестивалю Body Mind в Бухаресте (1–3 марта). Флайеры – которые также рекламируют летний ретрит с Ринпоче – были сделаны Артуром Zolkowski, нашим польским графическим дизайнером. Анатолий, наш Гекё будет присутствовать на фестивале с демонстрацией DVD Янтра Йоги и Танца Освобождения Шести Лок.

Мы хотели бы пригласить Ирину из России, нашего кандидата на вакансию руководителя проекта летнего ретрита, чтобы чтобы она участвовала в нашей третьей встрече ганчи в конце марта с помощью Skype.

Было большим удовольствием для нас приветствовать группу из 12 новичков из Констанцы, прибывшую в Гар для получения объяс-



нений по практике Всемирной Передачи в головшину Гараба Дордже. Мы надеемся увидеть их снова на летнем ретрите.

В Гар наш Гекё, Анатолий, закончил часть работы над электрической инфраструктурой и сейчас находится в процессе покупки резервуара для грунтовой воды, который будет размещен за Гомпой таким образом, чтобы закончить там часть символа Лонгсал, каплю. ©

Эстония >>>Тадруллинг

Ринпоче изменил имя Линга Эстонской Дзогчен-общины с Ташилинга на Тадруллинг («За пределами ограничений»).

С наилучшими пожеланиями,
Ганчи Эстонской Дзогчен Общины ©

Польша, Краков >>>Ташилинг

Новый линг в Кракове

Мы рады объявить о том, что наш Учитель дал название «Ташилинг» («благая удача», с тибетского) новому лингу в Кракове.

С наилучшими пожеланиями,
Ганчи ДО Кракова
Польша ©

Лосар в Праге

Сбор средства для Азия Онлус

Чешская Дзогчен-община рада сообщить вам, что в этом году мы еще раз организовали праздник Лосар в Праге – в субботу 9 февраля 2013 с полудня до позднего вечера в древнем здании Новой ратуши. Лосар является успешным публичным проектом, организацией которого мы занимаемся уже на протяжении 8 лет.

Здесь участвуют группы, практикующие тибетский буддизм в Праге, а также многочисленные организации, поддерживающие тибетскую культуру и права человека, вместе с сообществом [выходцев из] Тибета, живущим в Чешской Республике.

Чешская Дзогчен-община является главным организатором всего мероприятия каждый год. Наша команда из 10 человек провела несколько месяцев интенсивной работы перед

событием, и это определенно того стоило. Хотя мы столкнулись с гриппом в основной команде организаторов, мероприятие прошло хорошо, и мы снова наслаждались сотрудничеством и энтузиазмом. Как и каждый год, каждый участвовал в работе, как волонтер.

На главной сцене мы представили культурную программу для общественности в общем: Тибетская певица Сонам, несколько других музыкальных групп (в основном в которых играли практикующие), астрологическое объяснение Водного Гола Змеи и короткая пуджа Геше Гьяцо Чокхортсанг, представление Миларепы, тибетские песни (песня Меригара и несколько других, исполненных детьми из вальдорфской школы в Праге и студентами из недавно открытых классов Тибетологии в Карловом университете), лотерея, жонглирование и так далее. >> продолжение на следующей странице



>> начало на предыдущей странице

Было также огромное пространство для специфических семинаров и презентаций различных традиций, в котором Дзогчен-общиной представлены Янтра-йога, Танец Ваджры и документальных фильмов ASIA.

Все мероприятие было разработано для семей с детьми, так что была игровая комната и различные мастерские для детей (печатание Лунгта, изготовление Намка и ЦаЦа).



Для проголодавшихся и желающих пить людей был также небольшой ресторанчик с тибетской и индийской едой и чайная комната. Как обычно, мы предложили сладости цампу с начинкой нёндрол. Посетители могли купить книги и многое другое в дхарма-магазинах.

В мероприятии приняли участие около 700 посетителей, и мы получили много хороших отзывов. Чешская пресса также присутствовала, а впоследствии были

опубликованы различные газетные статьи.

Сбор средств для ASIA принес 3700 евро, которые будут направлены на программу школьных стипендий и долгосрочный проект спонсорства. В 2005 году мы взяли ответственность за заботу над четырьмя детьми и одним пожилым человеком на доход с Лосара.

От имени команды Лосара Тереза Старкова

©

Кунсангар Южный

Южный Кунсангар
kunsangar.blue@gmail.com
<http://kunsangar.org>



Лосар для детей и не только!

10 февраля, в канун Нового Года Воды-Змеи, Южный Кунсангар организовал празднование Лосар вместе с детьми и их родителями из села Гончарное, которое находится недалеко от Гара. Южный Кунсангар достаточно молодой гар, но местные дети уже знают о таком прекрасном

празднике как Тибетский Новый Год, и его празднование уже стало здесь традицией. А наш Гекё очень уважает эту традицию.

Каждый год все больше и больше детей и взрослых приезжают на праздник. В этом году было около сорока детей разного возраста, которые приехали с родителями. Родителям тоже был интересен праздник.

Событие началось с введения в традицию празднования Лосара,

истории жизни в Тибете, Тибетских обычаев и культуры – и все это сопровождалось показом красивых видеосюжетов на большом экране. Потом дети играли в различные игры и участвовали в соревнованиях. Они бегали и прыгали, соревновались друг с другом и с огромным удовольствием выигрывали сладости и другие привлекательные призы. Взрослым тоже было весело на празднике. Они играли в веселую

игру «Крокодил», в которой игрок пытается показать какое-нибудь слово, ничего не говоря, а другие должны отгадать это слово.

Члены Дзогчен-общины приготовили для наших гостей всякие угощения. Традиционные тибетские сладости – шарики цампы, печенье из злаков, и все с удовольствием пили Тибетский чай с маслом.

А после празднования в селе, Гекё пригласил всех на экскурсию в Гом-

пу, которая, как вы возможно знаете, была великолепно украшена в прошлом году. Всем очень понравилась необычная архитектура Гомпы и ярко расписанный потолок; дети и взрослые долго рассматривали интерьер с большим любопытством. Все были счастливы и довольны. Празднование Лосара в Крыму имело большой успех!

©

Украина, Киев >>Тобгьялинг

Киевская Дзогчен-община

Ринпоче изменил имя Линга Киевской Дзогчен-общины с Ташилинга на Тобгьялинг («королевские возможности» по-тибетски).

Всего доброго,

Ганчи Киевской Дзогчен-общины
kiev.dzogchen@gmail.com ©

Кунсангар Северный

Северный Кунсангар
kunsangar.blue@gmail.com
<http://kunsangar.org>



Новый год в Северном Кунсангаре

К встрече Нового года в Северном Кунсангаре была приурочена богатая ретритная программа, длившаяся целую неделю. 28 декабря стартовали курсы Танца Ваджры для начинающих с Татьяной Проничевой, ретрит по практикам Первого уровня СМС с Сашей Пубанцем, а также трансляция с Тенерифе ретрита Намкая Норбу «Гуру Драгпур».

30 декабря начался интенсивный ретрит по практике Очищения Шести Лок с Ваджрасаттвой. С 1 по 3 января проводился курс по тибетской медицине с доктором Пунцог Ванмо, по книге Чогьяла Намкая Норбу «Рождение, жизнь и смерть». В эти дни многие люди также практиковали вместе Янтра-йогу, Танец Ваджры и Чод.

В дополнение, Ганчи и другие члены Дзогчен-общины подготовили замечательный новогодний праздник. Около 120 ваджрных

братьев и сестер встретили Новый год вместе, и праздник получился замечательным. У нас была чудесная новогодняя елка, украшенная прямо в лесу, множество угощений, игры и танцы в Гомпе, соревнования для детей, на улице был организован костер с пловом и глинтвейном – все было очень замечательно и вкусно. Был даже Деа Мороз, пришедший на праздник в солнечных очках и с чемоданом, готовый лететь на Тенерифе. ©

Лонгсал Цалунг Ретрит с Элио Гуариско 13–18 февраля

Тема ретрита «Йогические упражнения для получения переживания ясности и пустоты, из учения Лонгсал Чогьяла Намкая Норбу». Более 80 участников проходили интенсивный курс обучения с 4 тунами практики в день, а также прослушивали трансляцию «Чудлен Мандаравы» с Тенерифе. Была очень теплая атмосфера и все были счастливы, включая Элио.

Северный Кунсангар – расписание ретритов на 2013 год

29–31 марта – Дзогчен Уикенд: совместный ретрит по практикам Янтра-йоги и Танцу Ваджры с инструкторами: Мира Миронова, Яна Соколова, Татьяна Проничева, Ольга Нимачук и Мария Степаник.

1–5 мая – ретрит по Санти Маха Сангхе и Янтра-йоге «Знание пустоты в Сутре, Тантре, Дзогчене и Янтра-йога» с инструкторами Игорем Берхиным и Виктором Крачковским.

27 июня – 5 июля – Дзогчен-ретрит с Чогьялом Намкаем Норбу.

1–10 сентября – ретрит по практике Гомалеви с Энзо Терзано.

17–18 октября – ретрит по практике Чод с Цултримом Аллионом.



Тайвань >>Гепхеллинг

Инаугурация Китайского Издательского Дома Шанг Шунг и Гепхеллинга

Гарри Мао

27-го января 2013 успешно состоялась Инаугурация Китайского Издательского Дома Шанг Шунг и Гепхеллинга (Тайвань). Утром мы сделали санг и серчем под руководством Кхенпу Церинг Таши, который много раз посещал учения Ринпоче.



В 14 часов началась основная программа. Мы представили организацию и деятельность Международной Дзогчен-общины и Института Шанг Шунг, а также объявили о будущих планах, в которые включены совместные практики, курсы по Танцу Ваджра и Янтра-йоги, лекции о Намка и системе тибетского языка Драчжор, и взаимодействие с тибетской культурой через местные тибетские организации. Мероприятие завершилось просмотром филь-

ма «Моя Реинкарнация» в 19 часов.

В Тайване, Китайская республика, с населением 23 миллиона и площадью 35,980 кв. км., находится более двадцати тысяч монастырей и храмов, а также сотни Тибетских Буддистских центров. В относительном смысле, у нас, своего рода, соревновательная ситуация, но мы обладаем безграничной верой в драгоценное учение Дзогчен нашего Учителя и мы исполним его пожелание для всех китайцев. ©

Намгьялгар Северный

Северный Намгьялгар
Дзогчен-община
в Австралии

206 Glass House-Woodford Rd,
Glasshouse Mountains, Qld., 4518
P.O. Box 307, Glasshouse Mountains, Qld., 4518

Phone: 07. 5438 7696
nntn_geko@dzogchen.org.au

Северный Намгьялгар, Новости 3/9/2013

Прошло уже больше года, как Ринпоче говорил с Ганчи Намгьялгара о том, как должны обстоять дела в Австралии: теперь Северный Намгьялгар должен стать главным Гаром для Учения Дзогчен, а Южный Намгьялгар нужно сдать в аренду как можно быстрее, чтобы зарабатывать деньги.

Он так же одобрил временную структуру Ганчи на этот год: в каждом Гаре должно быть шесть членов Ганчи и один человек из каждого сектора Ганчи Гара должен быть

в центральном Ганчи, то есть тоже шесть человек. Эти шестеро могут и быть координаторами Дзогчен-общины Объединенного Намгьялгара, который является юридическим лицом в Австралии.

Требуется время, чтобы получить разрешение на строительство в Северном Намгьялгаре: Гомпы, жилья и ниши для урн с прахом, но мы надеемся получить это разрешение в апреле или немного позже.

В то же самое время, в марте прошлого года, состоялась первый ретрит с Ринпоче (с разрешения местной администрации), с установленной программой коротких

курсов по СМС, Танцу Ваджра и Янтра-йоге, а так же ежедневной практикой по расписанию. В апреле у нас пройдет два ретрита с Элио Гуариско, опять же с разрешения администрации.

Основанный недавно Институт Шанг Шунг Австралии так же располагается в Северном Намгьялгаре и работает над созданием постоянных курсов по тибетскому языку, живописи тханка, тибетской медицине (в сотрудничестве с Австралийской Ассоциацией тибетской медицины и программой тибетской медицины ИШШ) и конечно же тибетских песен и танцев!

После апрельских ретритов, все Ганчи Намгьялгара встретится в Северном Намгьялгаре, чтобы обсудить, какой состав Ганчи лучше всего продвинет нас, потому что мы становимся отделением Международной Дзогчен-общины. Поскольку мы развиваемся, то вскоре для нас будет необходимым стать некоммерческой организацией, вместо объединенной ассоциации, которой мы являемся в настоящее время, и мы надеемся, что с самого начала это будет учреждено, как подразделение Международной Дзогчен-общины. Так же мы находимся в процессе пересмотра нашей системы бухгалтерского учета, перехода

на облачную систему для большей легкости, ясности и прозрачности.

Есть много структурных изменений и эволюции, которые могут быть опытом пребывания в долгом пути выражения простоты Дзогчен. Но как постоянно напоминает нам Ринпоче, если мы все делаем с присутствием и расслабленно, это не вызывает проблем и мы можем наслаждаться нашей жизнью! Обладание структурой, которая работает в обществе и в наших жизненных обстоятельствах, обеспечивает прочную основу для продолжения бесценного учения Дзогчен нашего драгоценного Маэстро! ©

Цегьялгар Восточный

DCA Tsegyalgar East
PO Box 479
Conway, MA 01341 USA

Phone: 413 369 4153
Fax & Bookstore: 413 369 4473

secretary@tsegyalgar.org
www.tsegyalgar.org

Ганчи Восточного Цегьялгара

Дорогая Ваджрная семья, Дзогчен-община Восточного Цегьялгара рада сообщить, что Эд Хэйс был выбран и

утвержден в Синий сектор Ганчи. Мы счастливы, что Эд вернулся в Ганчи. Он принесет многолетний опыт и преданность этому делу. Добро пожаловать, Эд! Действующий состав Ганчи на данный момент:

Синий сектор: Том Бартон, Элиза Гонсалес, Эд Хэйс
bluegakyil@tsegyalgar.org

Желтый сектор: Эл Дэггет, Верн Харингтон, Джон ЛаФранс
yellowgakyil@tsegyalgar.org

Красный сектор: Джон Фостер, Кэти МакГрэйн, Джо Зарило
redgakyil@tsegyalgar.org

По общим вопросам вы можете писать по адресу
gakyil@tsegyalgar.org

Цегьялгар Западный

Западный Цегьялгар
Южный Калифорнийский Залив,
Мехико

tsegyalgarwestsecretary@gmail.com
http://tsegyalgarwest.org

Новый закрытый ретритный дом в Баджа Сур, Мехико

Автор – Винсент Имберти

«Дар Дхармы превосходит все другие дары»
«Sabbadānam dhammadānam jināti»
Будда. Дхармапада, стих 354

Примерно три года назад, в 2011, я прибыл в Гар в Бадже и провел там три месяца. Пока я был там, я заметил, что все маленькие комнаты расположены очень близко друг к другу, поэтому ты не можешь по-настоящему выполнять индивидуальный ретрит долгое время, потому что когда приходят люди, все вокруг становится оживленным. И даже само помещение не очень привлекательное, потому что сделано из бетона. Гар – это огромное место площадью 3000 акров. И там очень красиво: небо голубое большую часть года.

Я увидел очень большой потенциал в этом месте для людей, выполняющих одиночный ретрит в изоляции на протяжении длительного времени, поэтому подумал, что было бы здорово, если бы я построил ретритную хижину и предложил бы ее Гару в качестве дара.



Итак, я отправился в США, посетил несколько мастерских по экологическому строительству, вернулся обратно в Гар в 2012 году и провел там шесть месяцев. Я договорился с местными рабочими о постройке хижины, сделанной полностью из натуральных материалов. Стены сделаны из необожженного кирпича, представляющего собой кирпичи из грязи, которые мы изготовили, сушившиеся на солнце на специальной конструкции, также созданной своими руками. Крыша сделана из переплетающихся пальмовых листьев, что является традиционным в этой местности. Пол состоит из сделанных вручную кирпичей.

Я хотел сделать место, где бы люди чувствовали себя заземлено; и это чувство естественно возникает по отношению к постройке (имеется в виду, что пол и стены сделаны из земли, а крыша из пальмовых листьев).

Размер хижины порядка 6 на 4 метра: достаточно большая, чтобы делать Волну Ваджра без ударов о стены или мебель.

Хижина расположена на краю каньона, и полностью изолирована. Вы не можете услышать никаких человеческих звуков. Каждый, кто был здесь, говорит, что возникает особое чувство, когда находишься здесь. Физически, это всего 300 или 400 ме-



тров от столовой Гара, но в силу своего географического расположения, в комнате не слышно звуков.

Идея в том, что практикующий здесь полностью самодостаточен на протяжении ретрита; без общения с другими членами Общины. По этой причине хижина была построена с собственной кухней и туалетом, с подачей воды по трубам, идущим с гор.

Перед хижинкой располагается платформа из песка, на которой практикующий может делать йогу или медитировать. С одной стороны тут низкие горы, и это лучшее место в мире, за исключением Тибета, для практики намка артэд. Здесь огром-

ное, потрясающее голубое небо, день за днем, на протяжении большей части года.

Система, которую я изобрел, представляет собой что-то вроде этого: поскольку хижина не стоила Гару ни цента за постройку, потому что я был спонсором, то у Гара нет причин славить ее. Каждый практикующий, использующий хижину, делает по отношению к окончанию своего пребывания. Половина подношения, независимо от полученной суммы, идет на поддержание состояния хижины, другая половина – на спонсирование следующего человека, выполняющего в ней ретрит.

>> продолжение на следующей странице



>> начало на предыдущей странице

Итак, когда практикующий приезжает сюда для ретрита, предполагается, что он или она должны найти немного денег для покупки еды, одежды, туалетных принадлежностей и лекарств. Таким образом, каждый практикующий спонсируется и использует домик абсолютно бесплатно.

Подношение осуществляется практикующим во время выезда, и может быть любым. Это акт доверия, и половина подношения остается на спонсирование проживания следующего человека.

Обычно если человек выполняет, скажем, шестинедельный ретрит, то

он или она очень хорошо понимает, что хотят помочь и спонсировать следующего практикующего. Это действительно акт любви к Дхарме: что ты ни получаешь, ты по-настоящему хочешь отдать это другим. И красота этого выражается в такой системе подношений. Какое бы подношение ты ни сделала, это выражение любви для помощи следующему практикующему.

Я думаю, что та часть подношений, которая идет на поддержание функциональности хижины, будет накапливаться. И тогда, после некоторого времени, фондов станет достаточно для того, что часть их мо-

жет быть использована для оплаты путешествий целеустремленных и постоянно возвращающихся практикующих, которые могут жить в удаленных местах, и не имеют достаточно денег для путешествий, но желают вернуться обратно и выполнить другой ретрит.

Сейчас, когда хижина уже завершена, людям нужно контактировать с секретарем Западного Цегялгара, у которого будет список людей, желающих использовать ретритный домик.

Если эта система заработает, я бы хотел вдохновить людей делать похожие проекты в других местах, или других Гарах. Меня глубоко рас-

страивает то, что я узнал, что некоторые люди не могут совершенствоваться в Дхарме, поскольку у них нет денег, чтобы посетить медитативный ретрит или сделать личный ретрит, и поэтому, исходя из своих малых возможностей, я хочу помочь в этой ситуации.

В ближайшем будущем здесь будет веб-сайт с информацией и фотографиями ретритной хижины, и также для меня ценно получить отзывы от практикующих, чтобы знать, как бы им хотелось улучшить это место.

Электронная почта, чтобы забронировать место в ретритном домике tsegylgarwestsecretary@gmail.com

США, Беркли >> Дондублинг

Поздравления из Области Залива (Сан-Франциско) и от Дондублинга,

Дзогчен-общины Западного Берега, Беркли.

Разрешите представить наше новое Ганчи.

Голубой: Доа Гэйл Лорин, президент Джин Ким

Красный: Ричард Бермак, вице-президент Моника Эрнандес

Желтый: Ли Вайс, казначей Лорель Беллон

Всего наилучшего, Доа

©

Ташигар Южный

Tashigar South
Comunidad Dzogchen Tashigar
Calle publica S/N

Tanti 5155
Pcia. de Cordoba
Argentina

Phone & Fax: 0054 - 3541 - 498 356
secretaria@tashigarsur.com
www.tashigarsur.com

Южному Ташигару нужен новый Гекё и Секретарь

Вакансия Гекё

Дорогая Сангха! Южный Ташигар приглашает нового Гекё Гара с мая 2013 года по март/апрель 2014 года. Мы предлагаем оплату труда, медицинскую страховку, бесплатное проживание и бесплатное участие в ретритах с Ринпоче. Кандидату необходимо: быть действующим членом Общи-

ны в течение трех лет, и участвовать по крайней мере в трех ретритах лично, обладать хорошим характером и желанием помогать людям, очень важно бегло говорить по-испански. Если вы заинтересовались нашим предложением, пожалуйста, как можно скорее напишите нам по этому адресу: secretaria@tashigarsur.com

Мы назначим точную дату выборов, которые пройдут на собрании в марте или апреле. Мы просим нового Гекё быть в Гаре хотя бы за

15 дней до начала работы, чтобы поближе познакомиться с устройством Гара.

Таши Делек! Ганчи Южного Ташигара

Вакансия Секретарь

Дорогие члены Дзогчен-общины!

Южному Ташигару нужен новый секретарь с мая 2013 года по март/апрель 2014 года. Пожалуйста, свяжитесь с нами, если вы заинтересованы сотрудничать в этой роли и соответствуете следующим требованиям:

- Знание ПК и офисную технику.
- Знание письменного и разговорного английского и испанского языков.
- Возможность ежедневно выполнять необходимую деятельность в Гаре.
- Способность устанавливать личные взаимоотношения.
- Умение регистрировать, классифицировать разнообразные документы (счета, отчеты о событиях и т. д.)
- В течение трех лет являетесь членом Дзогчен-общины.

Мы предлагаем:

- Проживание
- Оплату труда
- Бесплатное участие в ретритах с Ринпоче.
- Социальный пакет.
- Членство в Дзогчен-общине на 3 года.

Мы ждем, что вы свяжитесь с нами как можно скорее.

Присылайте анкеты по адресу: secretaria@tashigarsur.com

©

Западный Меригар



Участники курса Янтра-Йоги по Третьей, Четвертой и Пятой Группе, и соответствующей Пранаяме. Курс проводили инструкторы первого уровня Марко Баседжио, Патриция Перл и Серджио Куаранта под руководством Фабио Андрико и Лауры Евангелисти, с 17 по 23 января в Западном Меригаре.

Фото: Изабель Вагнер

Италия, Венеция



Мандарава с Ниной Робинсон в Венеции, Италия, январь 2013 г.

Азамлинг Гар



Кумар-Кумари с Лаурой Евангелисти в Глобальном Гаре на Тенерифе, Испания, 8-10 февраля, 2013 г.

Курсы

Италия, Рим >> Женпенлинг



19 и 20 января в Женпенлинге (Zhenphenling), нашем центре в Риме, мы встречали Фабио Ризоло, который провел чудесный ретрит по теории и практике Шинэ и Ахатонг. Группа состояла как из «старых» практикующих, так и тех, кто присоединился в последние несколько лет, а также «неофитов», вставших на путь после встречи с Учителем в Меригаре или после посещения недельного курса медитации в нашем центре.

Ясность и глубина объяснений Фабио вдохновила нас, дав новое и лучшее понимание тем, кто в прошлом уже изучал этот предмет при подготовке базового или первого уровня Санти Маха Сангхи; они также позволили новичкам понять место Шинэ и Ахатонг в контексте различных духовных путей Сутры, Тантры и Дзогчен и с большей легкостью участвовать в относительных практиках, в том числе Семзиднов и Рушенов.

Восприятие каждого из нас совершило внутреннее путешествие

сквозь размышления, вызванные объяснениями Фабио, что принесло всем нам чувство радости и благодарности.

Долгих лет жизни нашему Учителю!

Женпенлинг

Ass. Comunità Dzogchen
Via G. Miani 5 - 00154 Roma
tel. 06 57300346 fax 06 86905885
cell. 334 5885824

www.zhenphenling.it



J. Crow's®

Mulling Spice Folk Medicine
Tibetan Medicine

SpicedCider.com

fax or phone: 1 800 878 1965 603 878 1965

jcrow@jcrow.mv.com



Чешская Республика



Ретрит по Кумбаке с Фабио Андрико прошел в Праге, Чешская Республика, с 2 по 6 февраля. Практикующие из Польши, Словакии, Венгрии, Германии и Чешской Республики приехали и прекрасно провели время вместе. Спасибо, Фабио!
Фото: Мартин Славичек.



Презентация Янтра-йоги Фиалкой Туржиковой во время празднования Лосара 2013 г. в Новой Пражской Ратуше. Это большое событие, регулярно организуемое Чешской Дзогчен Общиной (около 700 посетителей, весь доход передается ASIA Onlus).

Чешская Республика



Курс Янтра-йоги для начинающих в Чешской Будейовице с Фиалкой Туржиковой в январе 2013 г.

Словакия



8 движений в Илина, Словакия с Яном Доленски, 8–10 февраля, 2013 г.

Россия, Екатеринбург



Практический интенсивный курс Янтра-йоги второго уровня с Виктором Крачковским, 4–10 января, 2013 г.

Сибирь

Янтра-йога с Женей Рудь в Сибири

Уже стала традицией организация совместных ретритов в сотрудничестве с Улан Уде, Иркутском, Ангарском и другими городами, которые входят в Дзогчен-общину в районе Байкала в Сибири. Также и в этом январе прошел еще один прекрасный тренинг в Иркутске с опытным инструктором Янтра-йоги, Женей Рудь!

Длинные, насыщенные по содержанию занятия, чередующиеся с самостоятельной практикой, создали уникальную атмосферу ретрита в течение этого события. Потрясающая способность Евгения работать с целой группой (а зал, как всегда, полностью заполнен), и в то же время замечать и исправлять ошибки каждого участника, сделали возможным для всех участников получить глубокий, конкретный опыт. По-



средством релаксации, полного и гармоничного дыхания, осознанности во время движения и опыта счастья, пустоты и ясности мы вошли в состояние созерцания!

Мы искренне надеемся, что это плодотворное сотрудничество будет успешно продолжаться. Евгений Рудь уже согласился провести международный ретрит по Янтра-йоге с 15 по 25 августа 2013 года около чистейше-

го, глубочайшего и самого прекрасного озера в мире: Байкала. Ретрит будет проводиться на легендарном и загадочном острове Ольхон.

Следуйте дальнейшей информации, запланируйте это событие на отпуск – вы не пожалеете. Добро пожаловать в Сибирь! Дзогчен-община Прибайкалья
Сэсэг Дугарова
sesegdugarova@gmail.com ©

Северный Кунсангар



Ретрит Лонгсал Шалунг с Элио Гуариско 13-18 февраля, 2013 г. Предметом изучения стали «Йогические упражнения для получения опыта ясности и пустоты из Учения Лонгсал Чогьял Намкай Норбу». Больше 80 участников были вовлечены в очень интенсивное обучение с 4мя тунами в день и вебкастом Чудлена Мандаравы из Тенерифе. Атмосфера была очень теплой и каждый был счастлив, включая Элио.

Северный Кунсангар



Рождение, Жизнь, Смерть. Курс Тибетской Медицины с Доктором Пунцог Вангмо, организованный Институтом Шанг Шунг в Северном Кунсангаре, Россия. 1–3 января. 90 участников.

Россия, Москва



Источник Болезни и Исцеления: Тибетская медицина о здоровье тела и ума, Москва, центр «Открытый Мир», 5–6 января, 2013, 65 участников



Сингапур

Семинары по Янтра-йоге в Сингапуре с Эмили Колейн

Леон Вай Йин

С 29-го января по 3-е февраля 2013, Намдроллингу (Сингапур) выпала честь принимать 2 семинара по Янтра-йоге: один для начинающих и другой для тех, у кого уже был некоторый практический опыт. Впервые к нам приезжал авторизованный инструктор по Янтра-йоге, и спрос на семинар был очень обнадеживающим. За три недели до курса для начинающих, организаторам пришлось изменить место проведения, чтобы суметь вместить всех желающих.

Курс по Янтра-йоге для начинающих, который также был открыт для людей, не являющихся членами ДО, привлек 21 участника. И хотя он состоялся в вечерние часы, чтобы те, кто занят в дневное вре-



Янтра-йога в Сингапуре с Эмили Колейн, 29 января – 3 февраля, 2013 г.

мя, могли на него попасть, каждый участник с нетерпением ждал следующего занятия, буквально осыпая Эмили – инструктора Второго Уровня Янтра-йоги из Австралии – бесчисленными вопросами во время перерыва. Если интерес может быть измерен количеством заказанных и проданных книг и дисков по Янтра-йоге, тогда курс был успешным, так как более половины участников оставили заказ на DVD и книгу по первому уровню. Курс закончил-

ся предварительным празднованием Китайского Нового Года с особенным домашним печеньем, мандаринами, тортом и радостной болтовней между членами ДО и остальными участниками, сплоченными интересом к Янтра-йоге. В виде продолжения, к запланированной практике в Линге для членов были допущены люди прошедшие курс, но не являющиеся членами ДО, для поддержки их только начинающейся практики.

Если первый курс был поверхностным и давал общую информацию, то на втором семинаре, который проходил на выходных, была совсем другая группа людей. Девять участников, все члены ДО, уже несколько лет практиковали Янтру. Эмили не тратила много времени на объяснение предварительных практик для этой группы. Программа предполагала углубление понимания предварительных практик, а также янтр 1-го и 2-го уровня, но интерес группы был явно в другом. Практикующие использовали предоставленную возможность, чтобы прояснить у инструктора детали дыхания и Пранаямы. Че Го, наш инструктор по СМС, практикующий Янтру уже долгое время, осуществлял перевод на мандаринский диалект для нескольких участников.

Так как в воздухе царил настрой Китайского Нового Года, группа решила, что Эмили должна быть

посвящена в традицию «ло-хей», которой подразумевалось загадывание желаний на грядущий год, при помощи особого метода приготовления салата. Курс закончился краткой Ганапулжей в Намдроллинге.

Хочется закончить цитатой из письма Эмили, которое она написала во время того, как давала курс Янтра-йоги в Малайзии на острове Пенанг:

*Спасибо за ваши теплые сердца дорогая сангха
Какое прекрасное время мы
разделили, учение и Китайский
Новогодний салат
с множеством смеха
Пусть это будет благоприятный год
для всей сангхи Намдроллинга
Пусть глубина драгоценных учений
с легкостью объединится со всеми
учениками Ринпоче во всем мире.*

Спасибо тебе, Эмили, и, надеюсь, ты вернешься в Сингапур очень скоро! Всем счастливого Лосара!

Южный Намьялгар



Ретрит Мандаравы в Южном Намьялгаре с Элизой Стутчбурри, январь 2013 г.



Лагерь Янтра-йоги в Южном Намьялгаре с Эмили Колейн и Амар Перл, январь 2013 г.

Новая Зеландия



Введение в Янтра-йогу в Нима-Таши центре, Окленд с Они Мак Кинстри, 2-3 февраля, 2013 г.

Северный Намьялгар



Танец Песни Ваджра, часть 2 с Козимо ди Маггио 11-16



Ретрит по Чудлену Мандаравы, Северный Намьялгар, февраль 2013 г.

У небольшой группы практикующих появилась идея получить дополнительную пользу от ретрита с Чудленом Мандаравы с вебкастом Ринпоче из Тенерифе, через проведение интенсивного коллективного ретрита в Северном Намьялгаре в то же время. С одобрения Ринпоче, 4-10 человек практиковали 3 туна алинги практики Мандаравы с Чудленом каждый день, в то время, как они следовали вечернему вебкасту – фантастический опыт практики вместе таким образом! Как мало мы были обусловлены далекой дистанцией и были с Ним в нашей практике!

Австралия, Кайрнс



**Кхалонг Дорджекар
Ваджрный Танец Пространства**

Проведенный Козимо ди Малджио в субботу 2 марта в Кернсе, Австралия

Один за другим мы прибыли на место в нужный день и нужное время. Мы приехали, чтобы изучить драгоценный танец Кхалонг Дорджекар, которому нас собирался обучить наш дорогой инструктор по Ваджрному Танцу - Козимо ди Малджио. Буддийский центр Качо Юло Линг принял двенадцать из нас в своем прекрасном и прохладном месте в сердце Кернса, далеко в тропиках на севере Квинсленда в Австралии.

Козимо учил нас сложным и глубоким движениями этой простой, но в то же время необычайно мощной практики, столь подходящей к нашему времени с терпением, ясностью и точностью. Мы же изучали смысл, движения, мудры и их последовательность с большим энтузиазмом. Наши сердца прониклись советом Козимо относительно передачи и трех положений, о которых следует помнить во время практики танца пространства.

Энергии Дхармакаи, Самбхогакаи и Нирманакаи сплелись в нас и вокруг нас, в то время как мы входили в волшебное пространство созерцания и нерожденного. Какой же чудесный дар мы получили от нашего Учителя! Как удачно, что Козимо живет в Кернсе, в Австралии. Сердечно благодарим ганчи Кернса, Намьялгар и всех наших Учителей. Желаем долгой жизни нашему Драгоценному Ринпоче. ©

Восточный Цегьялгар



Курс по Драдзор в Восточном Цегьялгаре

Веселый курс... зато теперь мы, наконец, можем произносить слова правильно!!

В Восточном Цегьялгаре в выходные прошёл курс по Драдзор с Фабианом Сандерсом. В курсе принимали участие присутствующие в Гомпе Гара, и те, у кого была возможность подключиться через интернет. Ощущение расслабленности и радости сохранялось весь курс, пока мы учили точное произношение средней Ганапулжи, а также практики Серкем.

Драдзор это фантастический способ и теперь мы, наконец, можем правильно произносить тексты!

Во время курса в нас проснулось чувство ответственности, когда мы поняли, что произношение связано со смыслом и передачей. Драдзор позволяет нам правильно произносить тексты практик так, как Ринпоче передал их нам! И он также дает прекрасную возможность научиться тем, кто не знаком с Тибетским языком, но хочет выполнять практики правильно. ©



2 уровень СМС с Джимом Велби в Восточном Цегьялгаре 8-10 февраля, 2013 г.



Перу, Лима



Ретрит по практике Чод со Стивом Ландсбергом, февраль 2013 г., Лима, Перу

Южный Ташигар



Курс базового уровня СМС, с Рикки Сьюд, 12-15 января, 2013 г.

Южный Ташигар



Южный Ташигар, курс Тибетского языка с Фабио Сандерсом 5-11 января

Чили, Сантьяго де Чили



Ретрит по Санти Маха Сангхе с Элиасом Каприльесом в Сантьяго де Чили, с 11 по 13 января 2013 г., 19 участников

УШЛИ из жизни

Западный Меригар



Джованна Конти

Джованна Конти скончалась ранним утром 25-го января 2013 в своем доме в Милане, Италия, после трех лет болезни, которые она перенесла с отвагой и силой. Ее поддерживали многие валжрные братья и сестры, а также друзья и родственники, которые часто практиковали у нее дома до ее последних дней.

Джованна вступила в Дзогчен-общину в 1983 году и обладала глубокой преданностью к Ринпоче и сильной связью с Учением, которое занимало главное место в ее жизни. Она посещала ретриты с Ринпоче по

всему миру, и какое-то время жила на острове Маргарита и в Австралии. Джованна была одним из первых инструкторов по янтра-йоге в Италии и непрерывно преподавала в Милане, где многие вступили в общину благодаря этим занятиям. Она достигла третьего уровня в СМС и несколько раз активно проявляла себя в качестве ганчи Милана. Также она была опытным практикующим Кунье.

Джованна была приветливой и открытой: когда бы ты ни пришел к ней домой, она всегда предлагала остаться на обед. У нее было хорошее чувство юмора, и ее будет очень не хватать миланской Общине и также всем, кто ее знал. ©

Чешская республика



Владимир Петр

Владимир Петр скончался в день Дакинъ, 5-го февраля 2013, после долгой борьбы с раком, которую он вел много лет, постоянно проходя курсы химиотерапии, на-

чиная с возраста 14-и лет. Влада, как мы его звали, был очень активным в Общине два последних года, участвуя во многих ретритах с Ринпоче. Он достаточно сильно осознавал принцип непостоянства, и был благодарен за каждый день своей жизни, и каждую возможность посвятить себя практике. Он часто говорил, что в последние дни своей жизни он хочет быть настолько полезным для других, насколько сможет. Владимир выступал с лекциями о жизни с раком, в Университете. В конце, несмотря на его усилия в практике долгой жизни, болезнь развивалась все больше, причиняя сильную физическую боль. Он умер спокойно, у себя дома. ©

Западный Цегьялгар



Рик Маринелли

от Джонатан Шефер

Рик Маринелли скончался 22 января 2013. Он встретил Чогьяла Намкаю Норбу на ретрите в Портленде, Орегон, США, в 1999. Восемнадцать месяцев назад у него был диагностирован рак и с тех пор, он посвятил большую часть своей энергии и времени практике. Я прилагаю несколько по-настоящему вдох-

новляющих выдержек из нашей переписки за последний год.

«...Вот и все, брат. Все, что я делал и практиковал. Забавно, с того момента как я говорил с тобой, когда я не мог найти книгу тунов, наконец нашел, и, из того о чем ты мне говорил или что я прочитал, я практиковал лишь короткий тун. Он был настолько полноценным и завершённым, что мне не хотелось делать многие другие практики и, передача трегчо, была прекрасным к нему дополнением. Я хотел бы пройти ретрит по тогел, хотя и понимаю, что в этом нет необходимости. Я сплю и отдыхаю, делаю гуру-йогу и трегчо, когда бодрствую. Прекрасно...»

«...Спасибо, брат, за то, что подталкивал меня, все это время. Я буду бодрствовать так долго, как смогу в этот раз, до тех пор, пока не останется только мгновенное присутствие».

«...Дар болезни настроил мою внимательность до состояния спон-

танного естественного присутствия, позволяя мне наблюдать и ощущать совершенство каждого момента. Более странный союз не мог представиться мне ранее – иметь такую физическую неполноценность и чувство совершенства. Три Завета живут во мне непрестанно и комментариев на них в «Кристале и Пути Света» Чогьяла Намкаю Норбу – самые важные для меня наставления. Я чувствую себя таким удачливым и благословенным и сострадание всем мучениям мира переполняет меня. Часто, когда меня терзала невыносимая боль (на пределе терпения), мне удавалось трансформировать ее, чувствуя страдание других и посылая целительные лучи Будд всем живым существам. Тогда, мне удавалось испытать естественное присутствие и остаться в нем».

Рик практиковал просто, до конца своих дней. Его вера в нашего Драгоценного Учителя и Уче-

ние Дзогчен была подобной броне. Многим будет его не хватать.

Ом А Хум.
Долгой Жизни Чогьялу Намкаю Норбу Ринпоче и Поклон Трем Драгоценностям.
Сарва Мангалам

Мы все связаны, через нашу Валжрную Связь и я подумал, что стоит поделиться его вкладом, ведь он старался сочетать работу, учение, семью и периодические занятия кайтингом.

Также хочется добавить, что, касательно участия и вебкастов, Рик был членом Общины Цегьялгара, но практиковал в одиночестве. Он всегда чувствовал, что предназначение его жизни – «служить» доктором натуропатии и практиковать восточную медицину. Он успешно избавил от болезни многих людей с хроническими болями, раком и другими серьезными нарушениями.

Я знаю это так как провел с ним достаточно времени в его клинике за несколько лет. В 1999-м я подарил ему несколько книг, среди них были Кристалл и Путь Света, Всевышний Источник и старый справочник ритуальных практик Дзогчен, а он, в свою очередь, подарил мне Тибетскую Книгу Жизни и Умирания (Согьяла Ринпоче), более 20-и лет назад. Он встречал Ринпоче лишь однажды – на ретрите в Портленде и в это время, у нас была возможность неформально «тусоваться» с Учителем дома у Донателло Росси, однажды вечером за чаем, с дюжиной других практикующих.

Хотя у Рика был лишь этот короткий миг встречи с Учителем и Учением Дзогчен, ему удалось ясно понять основу, путь и плод, с Полной Уверенностью.

Он оставил после себя свою спутницу Дхаи, двух дочерей Арианну и Эйжу, а также сына Эйдана. ©



Программы

Западный Меригар

Курсы по тибетским песням и танцам

24–28 апреля в Западном Меригаре С Адрианой Дэль Борго

За последний год наш драгоценный Учитель посвятил себя отбору и коллекционированию современных Тибетских песен и танцев. Посещая ретриты, а также посредством вебкастов, у многих из нас была возможность участвовать в этих мероприятиях.

В настоящее время существует коллекция из 108-и песен, которые были отобраны Учителем за их тексты, которые отражают новости и настроение текущей ситуации в Тибете. Многие из этих песен связаны с известными танцами, которые легко исполнять. Их можно танцевать в группах и это является отличной причиной для каждого провести немного времени вместе.

Учительские тренинги

Учительский тренинг – Танец Ваджра Первый Уровень

Курс ведет Прима Май 13–19 июля

Этот курс является открытым для тех, кто уже хорошо знаком с женской (Памо) и мужской (Паво) частями Танца Шести Пространств Самантабхадры и желает углубить свои знания и опыт практики.

Участие в этих курсах это отличный опыт для всех тех, кто по-настоящему заинтересован в Танце Ваджра. Также это является условием для того чтобы стать инструктором Первого Уровня по Танцу Ваджра.

Стоимость: € 280 без скидок.

Учительский тренинг Первого Уровня по Янтра-Йоге

Курс ведет Лаура Евангелисти и Фабио Андрико 26 августа – 1 сентября

Этот курс открыт для всех тех, кто знаком с Первым Уровнем Янтра-йоги и желает углубить свое знание и опыт, и стать инструктором.

Курс будут вести главные инструкторы у кого будет время и возможность работать с каждым учеником.

Западный Цегьялгар

Курс по Танцу Шести Пространств Самантабхадры

22–24 марта, 2013 года с инструктором Танца Ваджра Карисой О'Келли

Студио 2 @ Зумтопия 810 SE Белмонт Портленд, Орегон Registration is now open.

Очень важно обучить группы людей, которые станут экспертами и смогут вовлечь других в своих городах.

Участвовать может каждый – не обязательно быть подготовленным физически.

За этот семинар не будет установленного взноса, но свободные подношения приветствуются.

По организационным причинам, те, кто заинтересован участвовать в этом семинаре, должны зарегистрироваться, написав по этому адресу: office@dzogchen.it.

Семинар начнется в среду, 24-го апреля в 19:00.

25-26-27 апреля занятия состоятся с 17:45 до 20:00.

В воскресенье, 28-го апреля – с 15:00 до 17:00

В расписании будут окна для тех, кто желает практиковать в другое время.

Учительский Тренинг – Танец Ваджра Второй Уровень (Танец Песни Ваджра)

Курс ведет Адриана Даль Борго и Прима Май 14–22 сентября

Этот курс является открытым для тех, кто уже хорошо знаком женской (Памо) и мужской (Паво) частями Танца Песни Ваджра и желает углубить свои знания и опыт практики.

Курс будут вести два главных инструктора, у которых будет время и возможность работать с каждым учеником.

Участие в этих курсах – это отличный опыт для всех тех, кто по-настоящему заинтересован в Танце Ваджра. Также это является условием для того чтобы стать инструктором Второго Уровня по Танцу Ваджра.

Стоимость: € 360 без скидок Для того, чтобы зарегистрироваться на любой из этих курсов вам следует заполнить форму, которую можно получить от Института Шанг Шунг. По вопросам информации и регистрации пожалуйста пишите Салиме Целери (Salima Celeri): s.celeri@shangshunginstitute.org

Курс будут вести два главных инструктора, у которых будет время и возможность работать с каждым учеником.

Участие в этих курсах – это отличный опыт для всех тех, кто по-настоящему заинтересован в Танце Ваджра. Также это является условием для того чтобы стать инструктором Второго Уровня по Танцу Ваджра.

Южный Ташигар, Аргентина

Ретрит с Чогьялом Намкай Норбу 22–28 марта 2013 г.

Стоимость: 250 долл. США Скидки на ретрит по видам членства: Новые члены общины (те, кто впервые на ретрите): скидка 50% Сокращенное членство: скидка 50% Общее членство: Членство Южного Ташигара: скидка 30% Членство в остальных Гарах: скидка 20% Поддерживающее членство:

Германия

СМС, базовый уровень

с Якоб Винклер 15–17 марта, Даржеллинг, Кельн Регистрация: leapabst@gmx.de

Янтра-йога для начинающих

15–17 марта, Билефельд Регистрация: Rico Aurich, 0049-1771593603, rico.aurich@dzogchen.de

Ретрит по Мандараве

с Сашей Пубанцем 15–17 марта, Hofen

Южный Кунсангар

Экзамен по Основе Санги Маха Сангхи и тренинг Первого уровня

Напоминаем, что 27 июля – 1 августа в Южном Кунсангаре пройдет экзамен по Основе Санги Маха Сангхи и со 2–9 августа Чогьял Намкай Норбу проведет тренинг по Первому уровню СМС.

В тренинге Первого уровня могут принимать участие только те, кто сдал экзамен по Основе СМС.

Если у вас есть желание сдать экзамен, вы сможете найти информацию о том, как заполнить анкету и о том, как в целом будет проходить экзамен на сайте Южного Кунсангара <http://kunsangar.org/en/sms/>.

Кандидат должен заполнить анкету, включая заявку на допуск и подтверждение того, что вы принимали участие в карма-йоге за 1–2 месяца до предполагаемой даты экзамена. Заполненные анкеты нужно отослать вашему местному ганчи.

Новая Зеландия

Закрытый курс для продолжающих по Ваджрному Танцу Песни Ваджра и Кхалонг Дорджекар танцу 12 А

29 марта – 1 апреля, Окленд

Курс предназначен для тех, кто по крайней мере один раз уже проходил полный курс по Танцу Песни Ваджра.

Этот курс будет посвящен последним изменениям, движениям рук и согласованию движения и времени в Танце. Также, будет обучение и практика Танца 12 А – Кхалонг Дорджекар.

Членство Южного Ташигара: скидка 80% Членство в остальных Гарах: скидка 40% Спонсоры: бесплатно

Танцевальное соревнование Ташигар/Кунсангар 30 марта 2013 г.

Экзамен по Основе СМС 29–31 марта 2013 г.

Практика по Мандараве

с Сашей Пубанцем 17–27 марта, Hofen Регистрация: Heike Engerer, 0049-16099028535, heike.engerer@dzogchen.de Расселение: Hans-Jochim Vogel, 0049-9166564

Янтра-йога, продвинутый курс,

с Саадет Арслан 29 марта – 01 апреля, Даржеллинг, Кельн Регистрация: dargyaeling@dzogchen.de

Украина, Киев >>Тобгьяллинг

Воркшоп по Видению с Кьенце Еше

Мы рады объявить, что со 2 по 5 мая Кьенце Еше проведет в Киеве воркшоп по Видению.

Скоро будет доступна подробная информация, но вы можете планировать заранее.

С наилучшими пожеланиями, Ганчи Киевской Дзогчен-общины Тобгьяллинга kiev.dzogchen@gmail.com

Уикенд практики Ваджрного Танца 26–28 апреля, Окленд

Практика в основном будет посвящена Танцу Песни Ваджра и Танцу Трех Ваджр версии Ittegar. Также, в конце каждого занятия предполагается проведение полного туна (комплит).

Дальнейшая информация будет опубликована по адресу: www.dzogchen.org.nz или с нами можно связаться, написав на info@dzogchen.org.nz.

Тренинг Первого уровня СМС с Чогьялом Намкай Норбу 1–8 апреля 2013 г.

Для славших экзамен по Основе СМС. Стоимость: 250 долл. США Скидки не предусмотрены. Для тех, кто уже проходил тренинг Первого уровня СМС скидка 50%.

Танец Ваджра

с Карин Хейнеманн 29 апреля – 09 мая, Hofen Регистрация: Rico Aurich, 0049-1771593603, rico.aurich@dzogchen.de Расселение: Hans-Jochim Vogel, 0049-9166564

Мандаравы, Цалуны, Согти, Кумбхака, Янтра-йога

с Ниной Робинсон и Марк ван Вестринен 20 мая – 02 июня, Даржеллинг, Кельн Регистрация: dargyaeling@dzogchen.de

Северный Кунсангар

Дзогчен уикэнд

29–31 марта прошел объединенный ретрит практик Танца Ваджра и Янтра-йоги с инструкторами Мирой Мироновой, Яной Соколовой, Татьяной Проничевой, Ольгой Нимачук и Марией Степаник

Ретрит по СМС и Янтра-йоге

1–5 мая «Знание пустоты в Сутре, Тантре, Дзогчен и Янтра-йоге» с Игорем Берхиным и Виктором Крачковским

Чогьял Намкай Норбу Дзогчен Ретрит

27 июня – 5 июля

Ретрит по практике Гомадеви

с Энзо Терзано 1–10 сентября

Ретрит по практике Чод

с Цултримом Аллионе

Восточный Цегьялгар

Предстоящие ретриты с Чогьялом Намкаем Норбу в Северной Америке

Mexico City, Mexico: April 25-28 Baja, Mexico: May 8-12 Los Angeles, CA: May 17-19 New Mexico: May 22 Pagosa Springs, CO: May 24-26 New York, NY: May 31-June 2 Conway, MA: June 7-12 Conway, MA: June 14-21, Level Two Training

Более подробная информация доступна на сайте www.tsegyalgar.org

Тренинг учителей Янтра-йоги первого уровня

с Фабио Андрико. 9–15 апреля 2013 г.

Для тех, кто хорошо знает первый уровень Янтра-йоги и хочет стать инструктором или углубить свою практику.

Стоимость 280 долл. США. Скидки не предусмотрены.

За дополнительной информацией обращайтесь к секретарю Южного Ташигара secretaria@tashigarsur.com

Отчуждение и общение

Элио Гуариско

Природа Дхармакайи такова, что существа пребывают наедине с собой; это измерение, открытое только для собственных глаз и невидимое для других. Это находится в области субъективного опыта, и что бы ни было сделано в этой области, это сделано для себя, не для остальных. По этой причине в Буддизме объясняется [реализация] Дхармакайи, как исполнение цели для себя. В стадии зарождения Тантрического Буддизма это представляется через мужских и женских божеств, растворяющихся и возникающих вновь в сфере потенциальности [семенных слогов], до тех пор, как четыре богини, Мамаки и другие, символы *Четыре Безмерных*, не заставляют их проявиться в мире форм.

В соответствии с их природой Дхармакайи, большинство духовных практикующих стараются изучить различные техники для духовного развития от их учителя. И это совершенно законно для большинства людей, действующих в структуре, в которой цель представляется объектом постепенной реализации в некотором отдаленном будущем. Для такого подхода без техник не обойтись.

Теоретически они знают, что, как говорил Будда, строила полезны до тех пор, пока вы не пересекли реку, но однажды достигнув другого берега, было бы бессмысленно нести их с собой. Подобно этому, хотя они знают, что техники для них – это способы исследования, а не цель, для большинства практикующих, изучение и достижение мастерства в техниках, кажется, стало целью их духовных усилий. Достигнув мастерства в техниках, они только приобретают статус перед другими, а когда они там цепляются за этот статус, начинается духовный застой. Это означает, что их природа Дхармакайи отсоединяется от их природы Самбхогакайи и Нирманакайи.

Это то, что происходит на уровне индивида, но это отражается также и на духовной группе или организации, к которой принадлежат эти личности. Как? Эти группы и организации хотя и могут расти и увеличиваться, их рост измеряется числом приверженцев, зданий и мест, которые они имеют по всему миру, но не в терминах индивидуальной эволюции. Когда эти достижения восхваляются в группе, как являющиеся на самом деле важными и фундаментальными для существования их духовного послания, это приносит великую печаль тому, кто смотрит в глаза [истине] и понимает, что эволюция – это главным образом то, что проявляется через отдельных индивидуумов, а не через безжизненные здания, храмы и реликвии. Все это может быть смыто в момент землетрясения, во время революции, внезапной сменой



политического строя или социальных изменений. Но эволюция индивидуума остается за пределами внешних изменений, и может даже расширяться в конструктивных условиях.

Это понимание символизируется подлинными Кармапами Тибета, которые не имеют постоянной резиденции и монастыря, но передвигаются, живя в палатках вместе с группой последователей, как птицы, следующие за миграционными циклами. Это не значит, что строения и все материальные вещи обязательно негативны для групп практикующих. Они полезны настолько, насколько могут поддержать духовную эволюцию индивидуума. Материальные вещи, как мы знаем из принципов Чод, становятся демонами только тогда, когда мы воспринимаем их как окончательную реальность.

Когда становление происходит по этому пути, большинство духовных групп остаются заикленными и немного изолированными от общества. Они становятся отчужденными. Фактически, для индивидуумов, принадлежащих группе или организации, то, что происходит в их группе, имеет первостепенное значение. Это выглядит намного более важным, чем то, что происходит в «большом внешнем мире» или вселенной. Проблемы групп, такие как финансовые затруднения и так далее, намного более важны для них, чем мировой экономический кризис, или проблемы окружающей среды глобального масштаба, и так далее. Мы знаем, что в экстремальных случаях эти события могут привести к конфликтам между группами людей и обществом, что иногда воспринимается как угроза самого существования и убеждений группы. Когда конфликт становится ожесточенным, группа может даже прибегать к насилию, как это было с различными духовными группами в прошлом. Кроме того, активисты, которые воспринимаются обществом враждебно настроенными, могут захотеть спланировать быстрый уход из этого мира через массовый суицид, обещая жизнь в раю. И это также случалось не раз.

Духовные группы постепенно разрабатывают своеобразный язык, предназначенный только для них, который много значит для «посвященных», но трудно понимаем, зачастую не значащий ничего для остальных. В худшем случае, такой язык становится объектом презрения «нормальных» людей. Язык начинает упрощаться до лозунгов и цитат духовных учителей, что имеет смысл с точки зрения их роли, и их харизма становится просто словами, когда их последователи произносят цитаты, как попугаи.

Создание внутреннего языка идет параллельно с близостью группы, которая почти становится сектой. Секты закрыты и не дружелюбны по отношению к другим. Фактически, окружающие считают трудным проникнуть в иерархию различных званий и полномочий, которые были структурированы самой группой. Близость, подозрительность, паранойя, протекционизм, эксклюзивность и наделенность властью становятся характерными чертами группы или организации. И самое странное, что эта ситуация может случиться, и тогда, когда духовный лидер имеет противоположное отношение, то есть открыт, не подозрителен, не протекционист, не привилегирован и не ищет власти.

Пока группа и организация растут внутри себя, нет проблем, потому что есть ограниченное количество адептов, знающих особый язык и так же особенно ведущих себя внутри группы. Проблемы начинаются, когда участники группы или организации достигли зрелости и хотят взаимодействовать с «внешним миром», в котором они выросли, но в котором были отчужденными.

Но почему некто должен общаться с другими, не беря во внимание очевидность необходимости выживания? Потому что в дополнение к природе Дхармакайи, мы имеем природу Самбхогакайи и Нирманакайи, и это измерения сосуществования с другими, того что мы делим с другими, замечаемое и воспринимаемое совместно с другими.

Излишне говорить, что коммуникации – это область измерений Самбхогакайи и Нирманакайи: в природе Дхармакайи нет фактического взаимодействия. По этой причине, в буддологии сказано, [что] такая форма измерения просветления, которая включает в себя Самбхогакаю и Нирманакаю, существует для достижения цели других.

Большинство духовных практикующих не достигают зрелости в видении того, что существование с другими, это важная часть их духовного развития и роста, поэтому они пойманы эгоцентричным преследованием знаний и реализации. Они думают в терминах Махаяны, что для того, чтобы просто помочь субъектам [восприятия], необходимо стать царем, что сначала нужно стать просветленным, чтобы затем взаимодействовать с другими. Максимум на что они способны, это думать, что другие могут быть полезны для их эгоцентричного духовного развития. Таким образом, они застревают в природе Дхармакайи, фиксируясь на самих себе. Только тогда, когда развивается зрелость, становится понятным, что подлинное состояние динамично переходит из состояния одиночества в состояние сосуществования с другими. Эти два имеют равную важность. Вы более не грезите о том, что может охватить вас, когда вы находитесь наедине с собой. Другие поддерживают вашу фантазию о том, что вы можете распознать [истинную природу] и избавиться от них. Таким образом, мы можем сказать, что «другие» являются своего другой половиной.

Параллельно с развитием индивидуума, когда группа или организация достигают зрелости, возникает необходимость интеграции в окружающую среду, в общество, в мир, в других. Зрелость означает, что некоторое знание развивалось вместе с осознанием того, что один может дать что-то другим, что-то, что другие не имеют, но нуждаются в этом. Мы можем считать, что существование с другими в этом смысле, есть сверх рывок к нашему подлинному способу существования.

Нет полной законченности духовной практики, если нет интеграции с внешней окружающей средой и людьми. С этой точки зрения, отношения становятся наиболее важной вещью.

Тогда как должно происходить общение? Общение начинает иметь место тогда, когда мы осознаем, что мы живем с другими, и [понятие] «другие» включает в себя каждого [человека] в мире, не только несколько практикующих в группе. Это представлено *тантрическим* обетом, где каждое разумное существо является нашим собственным нерушимым родственником, даже если он или она может быть далеко. Но для того, чтобы общаться, необходимо забыть особенный язык, который используется для общения в локальной группе. Например, группа животных использует язык для связи с такой же группой, но этот язык не

применим для общения с другими животными, либо только на базовом уровне. Эта неспособность общаться приводит к изоляции, страху и агрессии. И так, для общения индивидуум должен использовать язык, который является более универсальным, чем язык его собственной группы. И поэтому индивидуум должен изучать язык других, и убрать привязанность к собственному языку и поведению.

Конечно, общение может происходить на разных уровнях. Истинное знание может быть передано за пределами языка, как передача ума. Умственная передача – первая передача, которая происходит, и нет необходимости в ком-либо, кто что-то производит, и ком-либо, кто слушает. Это связь изнутри энергии данг.

Но истинное знание, мы не говорим об информации, может быть связано с любым типом языка или с придуманным языком, как исторический Будда Шакьямуни иногда выбирал слова и приписывал им особые значения. Однако, для такого общения индивидуум должен быть в состоянии знания полностью, и это состояние есть, своего рода, естественное проявление харизмы. Это с такой харизмой несколько выдающихся тибетских учителей прошлого могли путешествовать и учить на Западе, и иметь великих последователей. Их харизма это нечто более важное, чем то, что они говорили. Харизма прорывала культурные барьеры и концептуальные ограничения.

Но духовная группа и организация не может взаимодействовать на базовом уровне внутренней и внешней созидательной энергии, может только отдельный индивидуум. Другое общение происходит на внутреннем и внешнем уровне творческой энергии. В частности, уровень внешней творческой энергии подразумевает разделение на субъект и объект, на себя и других.

Принятие языка, который более открыт и структурированный, может быть более сложным, потому что у индивидуума может сложиться впечатление, что духовное послание размывается. Конечно, иногда будет потеряно, количество снижает качество, и это простая истина, которую знает любой, кто когда-либо работал на кухне: еда на несколько людей – вкусная, но готовая на большое количество людей, сделать ее вкусной труднее. Или, как говорится в тибетской пословице: чем меньше камин, тем теплее огонь. Но мы всегда что-то теряем, в любом случае. И то, что мы теряем, может не быть фундаментальным. Возможно, это наше отношение, которое удерживает нас на якоре определенности и того, что мы знаем; которое заставляет нас бояться потерять это что-то.

Элио Гуариско – *давний ученый Чогьяла Намкая Норбу и авторизованный инструктор второго уровня Санги Маха Сангхи.* ©

Перевод: Иван Грибанов
Редактирование: Наталья Таликова

Как я встретил Учителя

Либер Мали

Тенерифе, 2.22.2013

В своей жизни я изучал учения Сутры, но до Ринпоче я не встречал никаких учителей, и никогда не следовал какому-либо другому учителю. Самая значимая для меня Сутра, которую я прочёл, называлась Ланкаватара-сутра. После ее прочтения, много-много раз в течение многих дней, я осознавал, что я не существую, я пуст. Это то, что изменило жизнь для меня. Это произошло в 1998 году, мне было тогда около 30 лет.

В Республике Чехия, в то время одна семейная пара проводила эзотерический семинар, и у них была своя телепередача. Они давали учение, совмещающее Индуизм и Буддизм, странное сочетание. Я даже принял участие в их нескольких открытых тренингах. Я не был сильно убежден, но купил книгу о жизни индуистского мистика Рамана Махарши. Рамана Махарши был совершенно особенным. Я был восхищен им. Когда ему было 15 лет, он покинул родительский дом и отправился на юг Индии, где нашел место на горе Аруначала. Я был изумлен его рассказом, как он пошел в это место и просидел там всю свою жизнь, и как они основали храм вокруг него. Это – история вкратце. Так что я зашел в интернет и нашел чудесную фотографию его [Рамана Махарши], которую разместил на рабочем столе моего компьютера. Фотография была там около 2–3 лет.

Вначале он был просто интересным парнем. Затем я обрел связь с ним и начал задавать вопросы картинке. Он давал ответы через эту фотографию. Если решение было правильным, он улыбался и соглашался, если же «нет», то он говорил «нет», качая головой. По сути, это было всего лишь растровое изображение на рабочем столе, но у меня было такое сильное чувство. Под конец, он начал говорить со мной таким образом, что я если задавал ему вопрос в своем уме и ответ проявлялся в моем уме. Он по-настоящему помог мне понять много вещей. В то время я также изучал Даосизм.

В феврале 2002 года Рамана Махарши указал мне, что я должен найти живого учителя и что он не может мне больше помогать. Связь прекратилась, и он стал всего лишь картинкой на моем столе. И

так я задумался над тем, что же мне делать. Я посетил несколько медитационных центров в Праге. Я говорил им, что ищу учителя и они отвечали: «Да, конечно у нас есть такой и этаким мастер, так которого вы предпочитаете?». Я отвечал, что даже не представляю, я всего лишь ищу своего учителя... и они отвечали: «Хорошо, но ты должен понять, как найти своего учителя». Я соглашался и они показывали мне книги, фото и много другое. Так я закончил, с пятью разными буклетами от пяти разных людей. И тогда я не знал, как принять решение. Это не было похоже на то, чтобы выйти в центр города с табличкой «Ищу духовного учителя, позвоните по этому номеру».

Затем ко мне пришло высказывание: «Не существует способа найти мастера, это невозможно. Мастер сам найдет ученика». Тогда я оставил поиск и беспокойство, и сказал себе: «Хорошо, единственное, что нужно сделать – это ждать, быть открытым и не сомневаться, что он найдет меня». То был март 2002. Позже начала происходить цепочка совпадений, и это было на самом деле удивительно. Мы с моей женой гуляли в той части Праги, где я ни когда не был в своей жизни, ни до, ни после. Мы просто шли по дороге, и там был ресторан. Так что мы решили пообедать. Это был первый и последний раз, когда я был в том ресторане. В холле ресторана находился столик с газетами и листовками, и там как раз был этот духовный журнал, который я купил бы раз в год. Так что я купил этот журнал. Затем мы пошли домой, я открыл свою сумку, увидел журнал и положил его на стол. Через три недели, когда мне было нечем заняться дома, я прочёл журнал. Там не было ничего особенного. Но на последней странице были рецензии на три книги. Первая и вторая книга не были интересными, но третья называлась «Дзогчен». И сказал: «Ух ты, какое странное название». И так я прочитал рецензию (а я был довольно-таки гордым, потому что я думал, что знаю о всех школах тибетского Буддизма), и там было что-то, что называлось Дзогчен, о котором я никогда не слышал



ранее. Я подумал, что это невозможно, потому что я – учёный, так что я должен был знать об этом тоже. Так что это отпечаталось у меня в уме, как что-то странное.

Затем, через месяц, я зашел в эзотерический книжный магазин и прямо передо мной была книга по Дзогчен, та, о которой я читал в журнале. Так что я сказал: «Хорошо, вот она эта книга», – и я ее купил. Я открыл обложку, положил книгу на стол и через несколько дней начал читать, но ничего не понял. Внутри книги находился маленький бумажный вкладыш, где было сказано, что Чогьял Намкай Норбу приезжает в Прагу: «Для получения дополнительной информации зайдите на www.dzogchen.cz. Если вы заинтересованы принять участие, заполните эту форму.» Я помню, что не было никаких чувств, суждений, ничего. Я подошел к компьютеру и заполнил форму. Я просто сделал это, не задумываясь. Через несколько дней ко мне домой пришел конверт с информацией, а я все еще читал книгу и ничего не понимал, и там внутри лежала зеленая бумага, которую мы использовали в то время в Чехии для оплаты вещей. И так я пошел на почту с бумагой и заплатил 5000 крон, это были довольно-таки большие деньги для меня в то время. Там проштамповали. Это означало, что я заплатил.

Итак, у меня была маленькая зеленая оштампованная бумажка, и мне оставалось ждать времени ретрита, который, как я думаю, был в конце августа или начале сентября. Когда Ринпоче приехал, в Праге было колоссальное наводнение, крупнейшее наводнение за тысячу лет, воды везде было не меньше метра. Подземки были закрыты, потому что они

были заполнены водой... Не было даже возможности пересечь реку, в связи с наводнением или из-за опасения, что конструкция моста разрушится и т.д. Было нелегко куда-либо добраться, и это был момент, когда Ринпоче прибыл в Прагу. Я подумал, что он решил очистить город. Так что я отправился к месту ретрита, который проходил в саду Пражского Града, красивого места, лучшего, которое вы могли бы посетить в Праге.

Я ждал в очереди перед дверями, и до этого времени я прочитал много буддистских книг, так что я помню, как размышлял, смотря на гуляющих: «Знаете ли вы, люди, что мы не существуем?» Затем я попал внутрь и показал мою бумажку, и я прошел сквозь первый зал перед основным, и там было много книг и танкх. Там были танкхи Гуру Дракупра, Синкхамукха и Экаджати, и я подумал: «Где я? Это какая-то странная секта. Что означают эти картины? Они такие негативные. Наверное я уйду.» Затем я открыл книгу Тунов и подумал, что это случайные буквы, сгенерированные компьютером. Потом я подумал, что останусь и послушаю то, что он скажет, я ведь уже заплатил за это деньги. Что у него за послание. Так, я вошел в центральный зал. Я сел. Ринпоче, в целом, не был слишком хорош. Ринпоче решил дать передачу в первый день, и те люди сказали, что это очень хорошо, и я должен просто следовать тому, что было на бумаге и быть в присутствии, открыться и не волноваться. Так что я попытался сделать это. Затем передача закончилась. После он начал [давать] лунги на все эти тексты.

Это было, когда он начал читать лунг: что-то невероятное случилось со мной. Я сидел на полу, и все вокруг меня изменилось, все вокруг стало как мираж, и все вокруг начало двигаться, как-будто воздух [был] горячий, и я сам был не в состоянии двигаться. И тогда все закончилось. Ринпоче ушел, а я продолжал сидеть на полу. Так что они сказали, что да, все закончилось и пора идти домой, увидимся завтра. Так что я оставил основной зал и вышел в комнату, где были картины, которые ранее обеспокоили меня. Теперь мне казалось, что я знал их. Я стоял там и открыл книгу Тунов снова, но на этот раз все оказалось таким знакомым. Я был совершенно потрясен. С тех пор я в Общине. Это был первый и последний раз, когда Ринпоче приехал в Прагу, до настоящего времени. Таким образом Мастер пришел ко мне. ©

Перевод: Светлана Чакова

Редактирование: Наталья Таликова

Над 120 номером Миррора работали:

Координатор:

Екатерина Пономарева
Наталья Таликова

Переводчики:

Иван Грибанов

Анна Косолапова
Светлана Чакова
Сэзг Дугарова
Роман Ярмолюк
Светлана Калашникова
Светлана Лагуз
Вячеслав Умпелев
Татьяна Чаева
Елизавета Котенко

Дарья Грушевская
Анна Олефир
Юлия Кулик
Инна Зеленина
Роксана Катышева
Елена Глинская
Елена Чирковская
Надежда Гнатенко

Редакторы:

Анна Косолапова
Наталья Таликова
Елена Орлова
Светлана Лагуз

Верстка:

Ольга Пушкарева

THE MIRROR



Newspaper of the International
Dzogchen Community of
Chögyal Namkhai Norbu

MainOffice: POBox479, Conway, MA01341, USA * Tel: 4133694208 * Fax: 4133694473 * mirror@tsegyalgar.org * EuropeanOffice: TheMirror, Istituto Shang Shung, Merigar 1, GR 58031 Arcidosso, Italy * Tel: 39 32 98 86 52 92 * Skype: lizmirror * liz@melong.com * Editorial Staff: Naomi Zeitz, Tsegyalgar, Conway, MA, USA * Liz Granger, Istituto Shang Shung, Arcidosso, Italy * Literary Editor: John Shane * Advisors: Adriano Clemente, Jim Valby * International Blue Gakyil Advisor: Fabio Andrico, International Publications Committee * English Language Advisor: Liz Granger * DC Brand Design: Paolo Fassoli * Design & Layout: Thomas Eifler * Printer: Turley Publications, Palmer, MA, USA * Distribution: Tsegyalgar at Conway, MA, USA * Subscription Rate/6 Issues: 25 € printed, 15 € online. Available at melong.com * Visa and Master card welcome * Online Mirror: www.melong.com * All material © 2012 by The Mirror * Reprint by permission only * We reserve the right to edit all submissions.