

Большое сердце и сильный ум («кхогпа ченпо»)

Дорогие друзья, все кто близко и кто далеко!

Надеюсь, что у вас всё хорошо, вы здоровы и счастливы в этот первый день Гуру Ринпоче в новом году крысы. Моё устремление: чтобы вы в начале нового года постигли сущностные аспекты практики, в частности, чтобы у вас было большое сердце и сильный ум, что по-тибетски называют «кхогпа ченпо».

Прежде всего, говоря начистоту, хотя нам и необходимо учиться, чтобы обрести более глубокие знания Дхармы, когда доходит до практики, то ключевой компонент — это чтобы она оставалась простой. Конечно же, создаётся впечатление, что нам необходимо выполнять столько различных практик, и столько всего необходимо изучить, но на самом деле, вам необходимо научиться сочетать всё простым образом. Простота позволяет нашей практике оставаться более чистой, более искренней. Не практикуйте как интеллектуал, у которого вечно множество вопросов и сомнений. В практике — как и в жизни — лучше всего придерживаться простоты. Простота в практике поможет вам непосредственно охватить ключевые, сущностные аспекты. Таким образом, что бы вы ни практиковали, просто сосредоточьтесь на таких фундаментальных качествах как доверие, забота, сострадание, уверенность и преданность... и не переживайте слишком сильно по поводу деталей!

Безусловно, изучение и размышление важны, но иногда они могут сбить вас с пути. Учёные люди, прочитавшие множество книг, доходят до того, что дискутируют по поводу различных *стилей Дзогчена* у разных лам... нет никакого *стиля Дзогчена*! У сознания нет *стиля*! Аналогично, когда дело доходит до практики, смысл не в стиле, и даже не в «высших» и «низших» практиках, но, как выразился Чокгьюр Лингпа обо всех учениях и традициях Буддизма, «финальная цель и пункт назначения остаются одними и теми же — существует единая конечная цель и намерение всех Победоносных, всех сутр и тантр, писаний и комментариев». Как говорил сам великий тертён, тратить время на выяснение незначительных различий между учениями и

учителями — например, разные способы класть ваджр и колокольчик и т. п. — является бессмысленным, омрачённым и даже вредным для себя и других. Самое важное: понять, что ценность всех учений Будды — одинакова, и цель — одна и та же.

Так что, вместо того, чтобы заикливаться на поверхностных различиях, постарайтесь запомнить сущностные аспекты практики и основу — большое сердце и сильный ум. Большое сердце — это фундамент всех человеческих и духовных ценностей, который будет поддерживать вашу практику Дхармы, а также принесёт вам мирское счастье. Что я имею в виду, когда говорю «большое сердце и сильный ум»? Под этим я понимаю стабильность, стойкость, терпение — когда мы не поддаёмся с лёгкостью переменам настроения, когда нам не свойственно ни становиться внезапно взволнованными, ни с лёгкостью приходить в возбуждение или уныние. А также — быть непредвзятым, добрым и чутким: не поддавать под чужое влияние и не спешить с оценками и суждениями. Когда обладаем этими качествами, мы совершаем меньше ошибок, приносим меньше вреда, порождаем меньше недоразумений и остаёмся счастливее.

Поэтому, в этот первый день Гурю Ринпоче в новом году, хочу напомнить всем вам: возвращайте большое сердце и сильный ум. Попробуйте проверить себя, и обратите внимание, насколько открыто и непредвзято вы мыслите, насколько доброе и терпеливое ваше отношение, насколько сильным и стойким является ваше сердце. Ключ к прогрессу в практике — постоянно напоминать себе об этих качествах и формировать намерение развивать их. Если вы действительно будете помнить об этом, вы не собьётесь с пути; именно это и называют «*кхогпа ченпо*».

Сарва мангалам (пусть всё благоприятствует)!



Кьябгён Пакчок Ринпоче