

## Українська

### Важливість надійності (*г'ю тенпо*) та чуйності (*семпа зангпо*)

Дорогі друзі, всі, хто поруч чи далеко!

Сподіваюся, що у вас усе гаразд, ви всі здорові, щасливі, і що ви всі у безпеці. В цей день Ґуру Рінпоче хочу розповісти вам про важливість бути чесними (тиб. *г'ю драгпо*), надійними (тиб. *г'ю тенпо*), та добросердими або чуйними (тиб. *семпа зангпо*).

Якості чесності, надійності й добросердя є вкрай необхідними для практики Дгарми, а також надзвичайно важливими з мирської точки зору. Бути чесним і надійним означає, що ви не вводите в оману ані себе, ані інших. Це значить, що ви можете довіряти самі собі та заслуговуєте на довіру з боку інших. Коли ви заслуговуєте на довіру й дієте послідовно, ви знаєте, що можете покластися самі на себе, і люди довкола вас знають, що також можуть на вас розраховувати. Такі якості будуть корисними і допомагатимуть вашій практиці Дгарми, ще й підтримуватимуть вас у мирських справах. Тож як ми плекаємо ці якості? Нам слід повсякчас нагадувати собі: “Маю бути щирим, чесним, маю бути стабільним та надійним”. Нам слід розмірковувати та як слід придивлятися до самих себе, щоб побачити, чи ми справді послідовно проявляємо чесність, надійність, чи гідні ми довіри.

Втім, бути чесним і надійним недостатньо. Маємо також бути добросердими. Така чуйність полягає у альтруїстичному ставленні, бажанні бути добрим до інших, допомагати їм, піклуватися про них. Це означає бути добрим; бажати не спричиняти шкоду, біль, страждання; не докучати іншим. Таке добросердя є базисним для всіх практик Дгарми: ґрунтуючись на доброму серці, можемо плекати співчуття, люблячу доброту, Погляд... Добросердя є точкою відліку для усіх цих та інших практик — вона є фундаментом. Той, хто не турбується про інших, позбавлений можливості розпочати зрощувати в собі співчуття.

Саме тому чесних та надійних любитимуть як люди, так і боги; а добросердих боги захищатимуть, а люди — допомагатимуть.

Отже, таке моє послання для вас у цей день Гуру Рінпоче: надійність та добросердя, чуйність — є суттєвими як для дгармічних, так і для мирських справ. Ці якості є основою духовних та загальнолюдських цінностей.

Сарва мангалам! (Хай усе буде сприятливим!)



К'ябг'он Пакчок Рінпоче