



## *Друбла Сонам Церінг*



Друбла<sup>1</sup> Сонам Церінг — один зі старших монахів монастиря Ка-Ньінг Шедруб Лінг. Він три рази виконав традиційний трирічний ритрит. Ось що він сам оповідає про своє навчання і практику:

“В 13 років я отримав обітницю монаха в Непалі, у монастирі Ка-Ньінг Шедруб Лінг від Чоклінга Рінпоче і Чок’ї Ньіми Рінпоче. Після того я почав навчатися читати і писати тибетською мовою, вивчав напам’ять священні тексти. Через декілька років потому я також вивчав буддійські ритуали, навчався виконанню офір, гри на музичних інструментах і проведенню ритуальних церемоній.

Поки я вивчав усе це, мені відкрилося те, яким надзвичайним знавцем буддійської філософії і видатним практикуючим є Тулку Ург’ен Рінпоче. Збагнувши, що в майбутньому може бути важко зустріти подібного

---

1 Тибетське слово “Друбла” — це поважне звернення до лам, які є ритритними майстрами-наставниками, вирізняються своїм рівнем практики й майстерністю в ритуалах.



духовного наставника, я пішов у трирічний ритрит, коли мені було 22 роки, прагнучи отримувати посвяти, усні передання і настанови від Тулку Урґ'ена Рінпоче. Після завершення ритриту, у 27 років я розпочав навчання у нашому монастирському коледжі, де чотири роки вивчав буддійську філософську традицію.

Після того, завдяки доброті моїх гуру, благословінням Трьох Перлин і власному розумінню, яке я набув в процесі навчання, у мене з'явилося сильне прагнення зріктися мирських справ і вести життя, сповнене смыслом. Отримавши дозвіл Чок'ї Ньїми Рінпоче, я знову пішов у трирічний ритрит.

Після завершення другого тривалого ритриту, я ще три роки працював секретарем в офісі нашого монастиря. Водночас, впродовж цих трьох років я навчав на курсах перекладачів з тибетської в Інституті Рангджунг Єше. Також я часто виконував ритуали для тих, хто про них просив, і давав настанови по Дгармі непальським практикуючим і учням з інших країн.

В цей період життя я пережив усвідомлення непостійності світу і відчуття, що ризикую прожити життя марно. Я знову попросив дозволу у Чок'ї Ньїми Рінпоче піти у трирічний ритрит, який розпочав у 40 років. Після того ритриту Пакчок Рінпоче доручив мені допомагати і навчати буддистів у різних центрах і країнах. Я з радістю прийняв це доручення, і тепер навчаю інших Дгармі, намагаючись якнайкраще ділитися своїми знаннями і вміннями”.

<https://samyeinstitute.org/instructors/drupla-sonam-tsering/>