

Дорогие друзья и практикующие медитацию,

Когда я был маленьким, меня интересовал источник учений о медитации. Откуда они взялись? Кем были те держатели линии, к которым восходят эти учения?

Мой учитель в трёхлетнем ретрите Селдже Ринпоче, учёный и мастер медитации, всегда говорил, что действительно важная практика — это поддерживать мотивацию любви и сострадания. Он цитировал «Путь бодхисаттвы» каждый раз, когда говорил об этом. «Что такое "Путь бодхисаттвы"?» в конце концов спросил я. «Это один из важнейших буддийских текстов, который был написан в 8 в. великим индийским мастером Шантидевой», — ответил он. «После учений Будды», продолжал Ринпоче, — «это один из самых известных текстов, трансформирующих умы людей, освобождающих существ от страданий и дарующих спокойствие и

пользу другим». Мой учитель рекомендовал этот текст.

Основная цель Тергара — поддерживать друг друга в тренировке укрепления осознания, сострадания и мудрости и воплощении этих качеств в нашей повседневной жизни. Благодаря этому мы можем принести максимальную пользу другим. Такова цель Тергара. Руководствуясь этой целью, я хочу познакомить с линией «Пути бодхисаттвы» всё наше сообщество Тергар. Как сообщество, мы заложили фундамент и выполняли сущностные практики осознания, сострадания и мудрости, и теперь мы готовы перейти к этой традиционной, древней практике. Поскольку Шантидева освещает путь мудрости и сострадания и то, как мы можем его практиковать, даже новички могут получить немедленную пользу от этих учений.

Глубокая древняя мудрость, содержащаяся в «Пути бодхисаттвы» по-прежнему совершенно актуальна. Я очень рад возможности углубиться в эту практику вместе с вами в течение следующего года, ради нашего собственного



Мингьюр Ринпоче гуляет по лесу в Подмоскowie после ретрита по «Пути освобождения» в 2018 г. Фото Сергея Смирнова.

блага и блага других людей. Надеюсь, что вместе, при помощи этих глубоко ценных и актуальных практик, мы найдём новую надежду, смелость и сострадание.

Ваш в Дхарме,

Йонге Мингьюр Ринпоче

Сохранение и передача линии, основанной на опыте

Более двух тысяч лет самые важные учения буддийской традиции передавались от учителя к ученику — сначала в древней Индии, а затем в Тибете. Эти передачи — живое сердце пути пробуждения. Они содержат практические наставления, позволяющие нам распознать собственную благую природу: наши изначальные осознание, сострадание и мудрость, а также интегрировать эти качества во все взлёты и падения повседневной жизни.

В прошлом нашим предкам приходилось переходить через Гималаи и идти на огромные жертвы, чтобы получить эти учения, однако современные технологии позволяют нам получить доступ к бесчисленным книгам, статьям, приложениям и онлайн-курсам. В прошлом проблемой был доступ к учениям, а сейчас перед нами стоит противоположный вызов: слишком большой доступ. Как нам разобраться во всех этих учениях и наставлениях? Как не потерять голову в супермаркете духовных учений и найти путь, который поможет нам учиться и расти?

Нам нужен ясный путь вперёд.

Начиная с этого года, Йонге Мингьюр Ринпоче будет даровать нашему сообществу передачи, полученные им от его учителей, в формате, показывающем ясный путь к изучению и применению изученного в повседневной жизни. У нас будет поддержка живых ретритов (онлайн и оффлайн), глубоких онлайн-курсов и программ сообщества.

В будущие годы мы исследуем другие ключевые передачи: от мощных медитативных практик ваджраяны до важнейших наставлений о недвойственном чистом осознании из линий махамудры и дзогчен.

Пошаговая передача этих учений знаменует важный поворотный момент для нашего сообщества. За прошедшее десятилетие мы заложили прочный фундамент обучения и практики. Теперь, опираясь на него, мы получим самые драгоценные и глубинные учения тибетской традиции.



ВСТУПЛЕНИЕ НА ПУТЬ БОДХИСАТТВЫ

1 июля – 15 августа

Вступление на путь бодхисаттвы: Сущностный курс (learning.tergar.org)

1 – 15 августа

«Сердце пути бодхисаттвы» — ретрит с Мингьюром Ринпоче (events.tergar.org)

Сентябрь 2021 г. – июнь 2022 г.

Вступление на путь бодхисаттвы: Углубляющий курс (learning.tergar.org)

Окончательные даты ретрита будут объявлены позже

Команда переводов предоставляет расширенный доступ

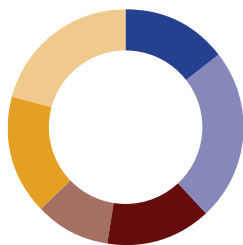
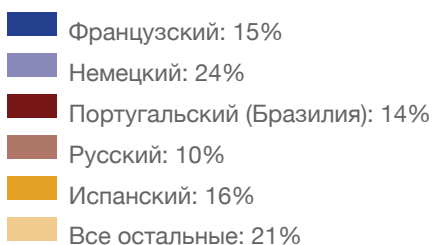
В прошлом году благодаря неустанным усилиям сотрудников и преданных волонтеров Отдел переводов Тергара значительно продвинулся вперед в предоставлении доступа к учениям ученикам Тергара, говорящим на разных языках. Команда Тергар Интернэшнл под руководством Аны Сантойо и Роберто Серрано Каутлайоля, в основном состоящая из волонтеров, включает в себя пятнадцать координаторов и около 100 переводчиков. Среди значительных достижений 2020 г. перевод более 633 файлов субтитров, более 100 документов и синхронный перевод живых онлайн-событий более, чем на 14 языков, включая арабский, корейский, португальский и голландский.

В 2020 г. оказалось необходимо обеспечить достаточное количество синхронных переводчиков для живых онлайн-событий. Когда пандемия подтолкнула тысячи людей по всему миру исследовать медитацию, учения Мингьюра Ринпоче достигли беспрецедентного количества людей по всему миру. В прошлом году мы также увидели огромный рост популярности приложения Tergar Meditation App. Команда намерена уделить этим двум сферам больше внимания в 2021 году. Как подчеркивает Роберто, спрос на учения от людей со всего мира значительно превосходит количество учений, доступных на языках, помимо английского. «Мы намерены сделать Тергар ещё более международной организацией», — говорит он.

Мы будем рады видеть новых волонтеров. Если вы хотите пожертвовать своё время в качестве устного или письменного переводчика, пожалуйста, напишите по адресу translation@tergar.org.

Файлы, переведённые в 2020 г. (по языку)

Всего 733 файлов (субтитры и документы)



Группа IDEA сосредоточена на разнообразии

Тергар создал рабочую группу для поддержки разнообразной и инклюзивной культуры в сообществе Тергар. По словам инструктора Антонии Сумбунду, её основная задача — это «найти пути представить и поддержать всё сообщество Тергар, а не только её преобладающие части». IDEA — это Inclusion, Diversity, Equity, Access (Инклюзивность, разнообразие, равенство, доступ). В группу входит сообщество волонтеров из разных стран.

Группа помогает ученикам Тергара получить доступ к подходящим ресурсам, таким как книжные клубы и учебные группы, и обеспечивает систему для поддержки сложных разговоров о расизме и предвзятости. В долгосрочной перспективе мы надеемся достичь более широко представленного разнообразия в сообществе Тергар с точки зрения страны происхождения, возраста, гендерной идентичности, физических возможностей и т.д.

На то, как служить широкому разнообразию людей в глобальном сообществе, нет единственно правильного ответа. IDEA осознаёт, что настоящее понимание того, как группа может приносить пользу, потребует времени. «Мы признаём безотлагательность этой темы, но одновременно уважаем её глубину», — говорит Антония Сумбунду. «Наше намерение — привнести в процесс сострадание и мудрость: слушать и отражать всё сообщество, а не только его самые громкие голоса. Наше сообщество уникально, и поэтому мы должны найти в этом свой путь».



Истории благодарности



«Я познакомился с практикующим медитацию, который заметил мою тревогу и затруднённое дыхание. Он спросил меня, слышал ли я о Йонге Мингюре Ринпоче, который сам столкнулся с переживаниями паники. На первой же программе "Успокоение ума" я почувствовал, что по уши влюбился. Эти учения стали амортизатором для жизни».
– Дэвид, Тергар Чикаго



«Под руководством Ринпоче и инструкторов я пришла к пониманию подлинного смысла терпения. Это не напряжённые попытки терпеть ситуацию, как я полагала ранее, а скорее сохранение открытости своим эмоциональным реакциям и их принятие. Это ведёт к искреннему состраданию. Этот курс углубил моё восприятие мира, в котором мы живём».
– Ирина, Тергар Москва



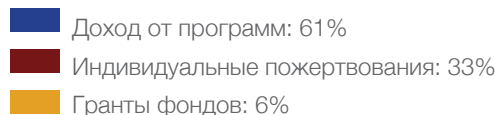
«Большое спасибо за возможность участвовать в семинаре "Медитирующий мозг". Я многое узнал, это было очень интересно. Я ценю щедрость команды Тергар, давшей мне эту возможность, и надеюсь, что когда-нибудь смогу отплатить за неё. Посылаю вам сердечный привет».
– Матео (12 лет), Тергар Пуэбла

Операционный бюджет Тергар Интернэшнл

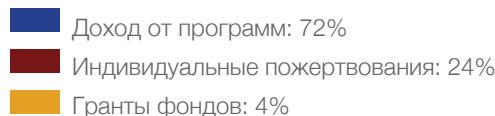
С операционной точки зрения, 2020 г. оказался хорошим для Тергар Интернэшнл. В этот год кризиса мы дотянулись до тысяч людей. Мы значительно расширили свои возможности проведения онлайн-событий и программ. Наши дары были хорошо приняты, и в конце года прибыль превысила расходы. С другой стороны, мы столкнулись с большими сложностями с точки зрения доступности персонала. Чтобы поддержать свою работу и исполнять видение Ринпоче в том, чтобы дотянуться до более широкой аудитории, а также передавать линию преемственности в растущем сообществе, в 2021 г. Тергар планируют нанять около девяти новых сотрудников.

Доход

Фактический бюджет 2020: \$2,937,000

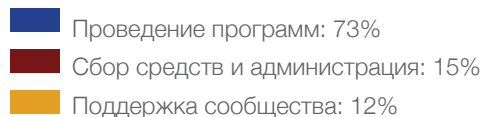


Бюджет 2021: 3,513,000\$

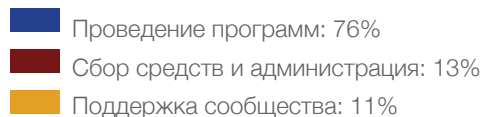


Расход

Фактический бюджет 2020: 2,269,000\$



Бюджет 2021: 3,608,000\$



Благодарности: Благодарим Дженну Лей Эванс, внесшую значительный вклад в написание этого новостного письма. Особая благодарность Отделу переводов Тергара за то, что это письмо стало доступным такому количеству людей. Спасибо Тергару Москва за дополнительные материалы.