

КУЛЬТУРНЫЙ ШОК



ОЛЕГ КИРЬЯНОВ
КОРЕЯ

Культурный шок!

Олег Кирьянов

Корея

«Издательство АСТ»

2019

УДК 908(519.5)
ББК 26.89(5Кор)

Кириянов О. В.

Корея / О. В. Кириянов — «Издательство АСТ»,
2019 — (Культурный шок!)

ISBN 978-5-17-112125-9

В этой книге собраны самые интересные материалы и наблюдения журналиста и востоковеда Олега Кириянова за 2005–2018 гг., отражающие разные стороны жизни корейского общества. Из этих материалов вы узнаете об успехах и достижениях последнего, а также о возможных недостатках и проблемах в политике, экономике, армии... Это издание включает рассказы как о Южной, так и о Северной Корее. Особый интерес для российских читателей представляют эпизоды, касающиеся жизни представителей РФ в Корее, а также иные моменты, затрагивающие проблематику российско-корейских отношений.

УДК 908(519.5)
ББК 26.89(5Кор)

ISBN 978-5-17-112125-9

© Кириянов О. В., 2019
© Издательство АСТ, 2019

Содержание

Предисловие	5
Обыкновенная экзотика	8
Последние корейские русалки: трудовые будни морских ныряльщиц	8
Погружение в дзен	14
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Олег Кирьянов

Корея

Предисловие

В детстве я никогда не мечтал стать востоковедом или журналистом (а тем более и тем и другим вместе). Написать сочинение в школе было для меня одним из самых больших мучений. Иностранные языки мне давались очень сложно, я куда лучше ладил с цифрами, формулами, ну и попутно был постоянно одним из лучших по физкультуре. Вообще я хотел стать военным, десантником. Однако цепочка самых разных событий привела меня к тому, что я вот уже долгое время живу и работаю в Корее, каждый день пишу статьи, иногда книги, а также мне постоянно приходится общаться на корейском, английском, иногда и китайском языке... В общем, получается, занимаюсь тем, чего в школьные годы очень боялся и не особо-то любил. Но все меняется. Я абсолютно не жалею и рад, что стал корееведом, журналистом и что занимаюсь тем, чем занимаюсь сейчас.

Может, параллель не самая уместная, но непредсказуемость, самые неожиданные повороты, радикальные перемены – все это мне приходится постоянно видеть также и на примере Кореи и корейцев. Впервые я начал заниматься Кореей в 1991 г, поступив на корейское отделение Восточного факультета СПбГУ. Я прожил в Корее в общей сложности более 16 лет, своими глазами видел и вижу, как меняется страна, как меняются сами корейцы, как стремительно трансформируется общество, но все равно они – Корея и корейцы – с завидной регулярностью умудряются сделать то, что по-настоящему удивит, изумит, а порой и повергнет в шок.

Корея – что Южная, что Северная – очень интересные, по-своему уникальные страны. По своему опыту общения с корейцами я убедился, что это активные, энергичные и неординарные люди. Это касается всех корейцев вне зависимости от их гражданства и страны проживания – южных, северных, корейцев России, стран СНГ, Германии, Бразилии, США, Китая, Японии и прочих. Корейцы могут быть разными, и, как и у всех народов, среди них бывают и хорошие люди, и не самые приятные. Но все они так или иначе «с искоркой», в них чувствуется жизнь, энергия. И точно так же они не перестают постоянно удивлять, хотя, казалось бы, я постоянно общаюсь и работаю с ними уже почти тридцать лет.

Журналистская работа при известных своих особенностях имеет одно неоспоримое преимущество: она позволяет интересоваться абсолютно всем, заглядывать во все уголки, знакомиться с самыми разными людьми, которые между собой никак не связаны. В этой книге собраны и обобщены репортажи, которые, как мне видится, отражают самые разные стороны жизни корейского общества, показывают где достижения и успехи, а где возможные недостатки и проблемы в самых разных сферах: политике, экономике, армии, международных отношениях, обществе и многом другом. Значительная часть репортажей была ранее опубликована в том или ином виде в наших СМИ, в основном в «Российской газете», корреспондентом которой в Корее я был и до сих пор являюсь. Хватает и разделов, которые издаются впервые.

Так уж совпало, что мне довелось видеть Корею и в моменты бурного ликования, когда лицо практически каждого корейца светилось от счастья, и в моменты глубоких трагедий, когда – без преувеличения – вся страна была в трауре, причем в том трауре, который наступает в сердцах людей, а не только на экранах телевизоров. Довелось наблюдать и действительно переломный, исторический момент, когда сами корейцы поняли, что они идут куда-то не туда, их лидер не оправдывает их чаяний, а потому пора все радикально менять, даже если это будет сложно и болезненно.



Отдельное место занимают репортажи, посвященные Северной Корее. Там тоже хватает своей специфики, может быть, даже культурного шока, но, как видится, для понимания Кореи в целом надо бы узнать, как живут в обеих ее частях – как на Юге, так и на Севере, а также как корейцы из «разных Корей» общаются друг с другом.

Думаю, что россиянам будет интересно прочитать и материалы, касающиеся связей РФ как с Южной, так и Северной Кореей, и также о людях, которые стали своего рода мостами, связывающими нашу страну с Кореей.

Для достоверности рассказов я постарался включить в рассказы интервью и записи бесед с людьми, работа которых позволяет увидеть самые разные вещи, события и мероприятия с уникальной и редкой точки зрения. В книге собраны материалы, которые по времени относятся к различным периодам с 2005 по 2018 год. Зачастую повторные поездки в одни и те же места позволили лично увидеть, что именно изменилось и в каком направлении движется Корея.

В общем, остается только предложить пережить вместе самые разные приключения, которые выпали на журналистскую долю во время моей работы в Южной и Северной Кореех. Будем вместе удивляться, радоваться, а иногда и грустить. Мы вместе пройдем курс молодого бойца в военной академии Кореи, вместе будем продираться ночью в горах и улепетывать от дикого кабана, нырять с местными «русалками» за осьминогами, увидим, как корейцы скорбели, доставая тела детей с затонувшего парома «Севоль», как миллионные демонстрации заставили уйти президента в отставку; проследим, как страстно корейцы желали получить право на зимнюю Олимпиаду и как провели ее в Пхенчхане, при этом отчаянно поддерживая российских спортсменов; вместе съездим в удаленный остров Токто; увидим, как создаются самые современные автомобили; узнаем, как случилось, что лучшие биатлонисты Кореи – это Тимофей Лапшин и Анна Фролина, а, пожалуй, самым выдающимся корейским футбольным вратарем считается Валерий Сарычев; а также увидим, как буквально на глазах меняется Северная Корея...

При написании книги я пытался быть объективным, но в любом случае все это взгляд на Корею через призму моего личного опыта, а потому неизбежна определенная субъективность. Вполне может быть, что кто-то видит все совершенно иначе. В любом случае я надеюсь, что книга позволит вам немного лучше узнать и понять Корею и корейцев: как тех, кто живет в стране «Самсунга, Хендэ и К-РОРа», так и тех, кто живет в Стране чучхе. Поверьте, Корея и корейцы – достойны того, чтобы ими заинтересоваться и попытаться понять, как и чем они живут.

Обыкновенная экзотика

Последние корейские русалки: трудовые будни морских ныряльщиц

Мужчина на борту – примета хорошая

Порт небольшого архипелага Чхучжа встретил нас густым туманом и громким ревом звукового маяка, который подавал сигналы находящимся поблизости судам. Наше судно, имевшее одноименное с архипелагом название, я нашел у пристани достаточно быстро – помогли подробные инструкции сотрудника местного отделения Корейской ассоциации морских кооперативов Ю Чжин Се, который организовывал мою поездку.

Скучать пришлось недолго. Вскоре в тумане стали слышны веселый смех и разговор нескольких женщин. Через некоторое время появились и сами «русалки», каждая из которых была одета в гидрокостюм и несла на голове пластиковый таз. В такой посудине был сложен рабочий инструмент – большой буй ярко-оранжевого цвета, прикрепленная к нему длинная сетка, пара ласт, маска, какое-то подобие своеобразного серпа или маленькой мотыги, кепка, да и, кое у кого, – бутылочка с питьевой водой. Подойдя к судну, возле которого я стоял, немного поеживаясь от прохлады, одна из ныряльщиц, выглядевшая старшей, хмуро спросила: «А общаться-то с тобой как, милоч?»

– Да как с другими, а я уж постараюсь не путаться под ногами, – поспешил успокоить я.

– Ну, тогда замечательно, – мгновенно подобрела «русалка» и рассмеялась. – А то мне как вчера сказали, что с нами поедет журналист-иностранец, то я беспокоиться начала. Языками-то не владею. Сам-то откуда?

– Из России.

– Прыгай на борт, мужчина на судне у нас хорошая примета, – заверила другая, чем вызвала всеобщий хохот.

Сами женщины очень быстро и ловко попрыгали на судно, перенесли свои пожитки. Бойко застучал мотор, и мы отправились в окрестности необитаемого островка Сурен, который был одним из 42 островов архипелага Чхучжа.

Так началась моя поездка с легендарными корейскими «хэнё», что в дословном переводе означает «женщины моря» – морскими ныряльщицами, которые до сих пор и в наш современный век в Южной Корее – стране сверхскоростного Интернета, компьютеров и небоскребов – зарабатывают себе на жизнь так же, как это было и сотни лет назад. Они ныряют на дно моря и собирают его дары – съедобных моллюсков, трепангов, водоросли и еще многое другое.

Считается, что корейские ныряльщицы в большинстве своем живут и работают на южном курортном острове Кореи Чечжу. Но их можно встретить и в различных южных районах страны, на прилежащих островах. Мне же довелось понаблюдать за работой «хэнё» острова Чхучжа, который расположен между только что упомянутым курортным островом Чечжу и материковой частью Кореи. Если субъективно, то в этих местах чувствуешь себя на краю земли: в поле зрения только море и мелкие скалы архипелага – очень красиво и в то же время один на один с бескрайней стихией.



Работать будем здесь

Тем временем перед нашим судном в тумане возникли очертания острова Сурен. «Выгружайся, сегодня работаем здесь», – скомандовала мне старшая, выпрыгивая на совсем небольшой островок размером примерно 200 на 200 м.

Со смехом, шутками и прибаутками «хэнё» быстро выгрузили свой нехитрый скарб на небольшую скалистую площадку и стали готовиться к работе. Оборудование и инструменты, которыми пользуются ныряльщики, за прошедшие столетия изменились очень мало. Аква-

лангами корейские «русалки» не пользуются. Из более-менее современных приспособлений – маска для ныряния, которая вошла в обиход в начале XX века, ласты и появившийся в шестидесятых годах прошлого столетия гидрокостюм. Ракушки и прочую живность собирают, как правило, голыми руками. Если что-то надо подрезать, то используется инструмент, напоминающий небольшую тяпку. У каждой ныряльщицы есть свой ярко-оранжевый буй, который показывает катерам, что где-то в окрестности работает человек. К бую привязана большая сетка – в нее складываются выловленные ракушки и прочая добыча. Вот и все, вся надежда только на свои силы и умение.

Одна за другой «русалки» попрыгали в воду, оставив меня наблюдать за ними с берега. Работают «хэнё» всегда бригадами – от пяти до пятнадцати человек. В одиночку работать «настоятельно не рекомендовано». Опасности бывают самые разные – от ядовитых рыб (их немного, но бывают) до внезапно налетевшего шторма, коварных морских течений и многих других. Кроме того, малейшее недомогание под водой может очень быстро привести к летальному исходу. Одна из собеседниц потом рассказала, что практически каждая из них раз в неделю испытывает полуобморочное состояние. Приходится тут же выныривать и отлеживаться на поверхности воды, держась за шар-поплавков, либо на берегу, если до него не так далеко.

Именно потому они и работают группами, чтобы можно было быстро прийти на помощь. Во главе всегда стоит старшая и самая опытная ныряльщица. Рабочий день длится обычно с половины восьмого утра до 12 или часа дня, то есть около четырех-пяти часов – больше работать уже физически трудно. Работают круглый год кроме лета – в этот период (с начала июня до середины августа) ловля запрещена для того, чтобы дать возможность популяции морских животных восстановить свою численность.

Говорят, что местные ныряльщицы могут погружаться на глубину до 20 метров и задерживать дыхание на несколько минут. Возможно это и так, но обычно «стандартная» глубина работы составляет не более пяти метров. Согласно моим подсчетам, средняя продолжительность погружения составляла 30–40 секунд. По словам «русалок», нырять на большую глубину особого смысла нет, так как меньше времени остается на поиск добычи, да и видимость с глубиной ухудшается.

После того как я пару часов проползал на животе по скалам, пытаюсь выхватить для фотосъемки наиболее удачные сцены находящихся за работой ныряльщиц, одна из них в итоге жалась надо мной, пригласив присоединиться к промыслу. Гидрокостюма у меня не было, так что в воде я продержался не более двадцати минут, но понырять удалось вдоволь, получив более-менее полное представление о том, как идет процесс добычи.

В целом, как и следовало ожидать, весь процесс очень похож на то, как ребяташки ищут ракушки в море. Здесь задача абсолютно та же: найти пригодные для еды моллюски, трепанги и прочую живность.

Взявшая на себя роль экскурсовода «хэнё» сказала: «Объяснять особо нечего – делай, как я». Сначала мы некоторое время поплавали на поверхности, держась за буй и разглядывая дно через маску. Возле одного подводного валуна «русалка» вдруг указала пальцем в глубину на ничем неприметный (с моей точки зрения) небольшой камушек, набрала воздуха и резко нырнула. Мне же оставалось поспешить следом. «Камушек» оказался трепангом, который, ничего не подозревая, спокойно лежал на дне. Мы его подобрали, собрали оказавшихся поблизости пару рапанов и вынырнули.

При выныривании «хэнё» издала громкий гортанный звук – что-то типа «Э-э-эх» или «А-а-ох». Мои предположения о том, что это является боевым кличем местных ныряльщиц, который издается при удачной добыче, а заодно отгоняет подкрадывающихся коварных акул, оказались неверными. Так легче восстанавливать дыхание. Мне посоветовали делать то же самое. И вскоре я тоже, возвращаясь на поверхность, пугал находящихся в прибрежных скалах крабов

своим воплем. Добычу мы складывали в привязанную к бую сетку. Все шло по схеме: осмотр – нырок – сбор добычи – возвращение на поверхность – «э-э-эх» – добычу в сетку и дальше по списку.

Для всех тех, кто пожелает «всерьез» стать «русалкой», процесс обучения одинаков: вступаешь в бригаду, наблюдаешь, как ловят другие, что-то тебе подскажут, посоветуют, но в целом учишься этому искусству сам в процессе работы. Долгое время никаких отдельных школ или «курсов повышения квалификации» не существовало. Лишь несколько лет назад на острове Чечжудо была открыта специальная школа по подготовке ныряльщиц, но все равно основные знания и навыки будущие «русалки» получают не за партами, а в море – в процессе совместной работы с более опытными коллегами.

Если ракушки и морские трепанги безобидны, то некоторые другие обитатели моря требуют осторожности при попытке их выловить. На моих глазах развернулась настоящая борьба между ныряльщицей и сидевшим в расщелине между скал осьминогом. Последний яростно отбивался щупальцами, выпускал клубы чернильной жидкости, пытался спрятаться между валунами, но в итоге опыт и настойчивость «русалки» победили, и осьминог также оказался среди прочей добычи.

Получив необходимые впечатления и основательно продрогнув, я вернулся обратно на берег и продолжил наблюдать за работой «русалок» с суши. Вскоре, когда время уже близилось к двум часам дня, одна за другой на скалистую площадку островка стали возвращаться «хэнё», вытаскивая свою добычу. Как правило, она состояла из большого мешка рапанов, нескольких трепангов и более редких гостей – уже упомянутого осьминога, морского окуня и прочих обитателей морских глубин.

Затем из тумана вынырнуло судно, которое и вернуло нас в порт Чхучжа. Несмотря на явно нелегкий рабочий день, по пути домой «русалки» не отдыхали, а немедленно занялись на палубе сортировкой улова.

В порту нас уже ждали приемщики груза. Если рапаны взвешивались целым мешком, то трепангам оказывали большее почтение – взвешивали лишь по паре штук. Приемщик тут же выписывал каждой из «русалок» чек, где был отмечен улов. Затем в конце месяца все это суммируется и выдается месячный заработок.

Особенности корейской морской кухни

В порту я встретился с моим «экскурсоводом» – Ю Чжин Се, который занимался самой ответственной работой – приемом улова. Перекидываясь шутками с «русалками», но не забывая при этом заносить все данные в рабочую тетрадь, он быстро закончил работу. Одна из «хэнё», похлопав меня по плечу, на прощание подарила мне трепанг. Ю, который сам тоже прикупил «по случаю» пару трепангов и кучку рапанов, предложил завершить «естественную производственную цепочку», то есть съесть это все у него дома.

Как только мы вошли в дом, навстречу вышла хозяйка дома, поздоровалась и тут же убежала хлопотать на кухню. На столе быстро появились нехитрые закуски, разделанный трепанг, рапаны и еще пара обитателей морского дна, названия которых мне запомнить так и не удалось.

Ю Чжин Се тем временем стал посвящать меня в тонкости кулинарии морепродуктов. «Самый вкусный трепанг, да и вообще любой морепродукт – это тот, который только что был выловлен. На, попробуй!» – сказал он, пододвигая мне блюдо с ломтиками сырого рапана и трепанга и налив при этом стопку местной корейской водки «сочжу».

«Ну, как там говорят у вас – на здоровье!» – блеснул выученным в ходе турпоездки в Россию тостом мой собеседник, съел кусок трепанга и, крикнув, тут же осушил стопку. Я последовал примеру. Для увеличения эффекта Ю открыл широкую стеклянную дверь веранды. Нам

тут же открылся прекрасный вид на бухту острова Чхучжа, а ворвавшийся теплый морской ветерок завершил идеальную картину трапезы.

Ю, который на острове живет вот уже несколько десятков лет и знает все особенности работы ныряльщиц, ответил на все вопросы, которые я не успел или иногда постеснялся задать «русалкам».

Во-первых, зарплата. Она достаточно неплохая: в среднем «русалка» зарабатывает около 40 миллионов вон в год, то есть примерно три-четыре тысячи долларов в месяц. Это по меркам Южной Кореи достаточно неплохо. Следует при этом учесть, что почти все три летних месяца промысел не ведется, так что в реальности каждый месяц работы приносит четыре-пять тысяч долларов. У многих ныряльщиц есть и свои собственные рестораны морепродуктов, что является дополнительным подспорьем.

Второй вопрос, который меня интересовал: почему нет мужчин-ныряльщиков. Науку эту освоить может в целом любой, а с точки зрения физических данных у мужчин должно быть преимущество. Но все же, как поведал мне Ю, в Корее официально зарегистрировано лишь двое мужчин, работающих в этом бизнесе, тогда как женщин более четырех тысяч. Данную работу в Корее вот уже столетия воспринимают как чисто женское занятие. Все равно что мужчина стал бы выступать на соревнованиях по художественной гимнастике. Теоретически можно, но «не для мужика».

Исчезающая профессия

К сожалению, все идет к тому, что количество ныряльщиц в Южной Корее постепенно уменьшается. Наверное, через 20–30 лет несколько десятков «русалок» останется, но в качестве культурной достопримечательности для туристов. Настоящие же «русалки» уйдут в историю. По крайней мере, сейчас все идет к тому: как уже было сказано, по всей Корее сейчас лишь немногим более четырех тысяч действующих ныряльщиц. На Чхучжа, где их раньше были сотни, осталась лишь 21, а реально выходят на промысел 18. Самой молодой из них – 55 лет. Есть те, кто ходит в море и до 80 лет, но так или иначе «русалки» вымирают. На смену им никто не приходит. Попробовать раз-другой в качестве развлечения половить ракушки, может быть, хотели бы и многие, но чтобы зарабатывать этим себе на хлеб – желающих среди молодежи очень мало.

Правительство, как центральное, так и местное, всеми силами старается сохранить и поддержать «русалок». Многие «хэнё» при поддержке властей открывают свои рестораны на берегу. «Русалкам» компенсируют около 70 процентов расходов на здравоохранение, за счет государства содержатся различные удобства для ныряльщиц – душевые, комнаты отдыха и прочее. Но в целом очевидно, что все эти меры лишь незначительно оттягивают тот момент, когда корейские «русалки» уйдут в историю. Жалко, но попробуйте сказать современной девушке пойти ловить ракушки и посвятить этому свою жизнь. Ответ очевиден...

До следующей встречи!

На причале дул сильный ветер, который грозил сорвать кепку. Надвигался шторм. Порт Чхучжа, который был единственным воротами на материк, закрывался с вечера на несколько дней из-за «неблагоприятных метеоусловий». Стоявший рядом Ю Чжин Се сказал с легкой улыбкой, пожимая на прощание руку: «Вот какова наша жизнь здесь – любое изменение в настроении природы мы сразу же чувствуем на себе. Остров – он всегда остров. Но мне нравится. Удачи!»

Запрыгивая на палубу подошедшего судна, который должен был отвезти меня до материка, я обернулся. Ю о чем-то разговаривал с подошедшей к нему немолодой, но стройной

женщиной. Он показал на меня пальцем и помахал рукой, женщина улыбнулась, тоже помахала и крикнула: «Приезжай еще, зачислим в бригаду, будешь с нами в море ходить!» В ней я едва узнал «русалку», которая еще вчера меня учила тому, как находить на морском дне трепангов. «Обязательно приеду!» – пообещал я.

Остров Чхучжа быстро растаял в тумане, как будто не было ни его, ни его удивительных обитательниц – «бабушек-русалок». Хотя теперь, попробовав эту работу на себе, называть их старушками язык уже не поворачивался.

Погружение в дзен

Неотъемлемой частью жизни современной Южной Кореи является буддизм – религия, пришедшая на Корейский полуостров в первых веках нашей эры. Согласно статистике, по числу верующих буддизм несколько опережает протестантство, присутствие которого в Корее вы сразу же заметите по обилию церквей. Буддийские храмы обычно вынесены за пределы городов и чаще располагаются в живописных горах, которых здесь великое множество.

Мне всегда хотелось узнать поподробнее об этой стороне жизни корейского общества. Для желающих есть разные способы. «Начинающие» обычно выбирают ставшими популярными (в том числе среди иностранных туристов) программы «temple stay», то есть жизни в буддийском храме. Они позволяют на несколько дней превратиться в «настоящих монахов», а также на несколько дней вырваться из суеты крупных городов, поразмышлять о тех философских проблемах, на которые у современного человека, как правило, не хватает времени. Для тех же, кто решил поглубже познать монастырскую жизнь, есть курсы дзен-медитации. Это уже не столько туристический продукт, сколько более серьезная подготовка и обучение основам буддизма и медитации. Мне удалось принять участие в обеих программах.

В монахи на пару дней

Скоростной экспресс КТХ, временами разгонявшийся до 300 км/ч, быстро доставил нас из Сеула на самый юг Южной Кореи – в провинцию Чолла Намдо. Выгрузившись на одной из небольших станций, мы по извилистой дороге на автобусе примерно через час доехали до основанного более тринадцати веков назад монастыря Михванса. Именно он был выбран как место, где мы должны были отречься на некоторое время от бренного мира и прикоснуться к мудрости буддизма.

В самом начале нам сказали, что Михванса расположен в одном из наиболее красивых мест Кореи. Глядя на расположенные за монастырем отроги скалистых гор Тальмасан и на видневшуюся в нескольких километрах гладь океана с раскиданными по его поверхности островками, трудно было не согласиться. Картина разворачивалась просто потрясающая, заставляя ментально забыть про оставленные в столице заботы суетной светской жизни.

На парковке нас встретила молодая переводчица, которая повела нас уже в сам монастырский комплекс. У входа в него стоял настоятель и наш наставник на эти два дня – монах Кымган, поприветствовавший нас традиционным буддийским поклоном с соединенными перед грудью ладонями.

Перед тем как переодеть нас в монашеские одеяния, нам устроили небольшую экскурсию по храму. Любой буддийский монастырь полон множества деталей, имеющих глубокое религиозное значение. Несведущий человек их просто пропускает, не задумываясь, но монах Кымган подробно разъяснял нам каждую деталь. Слушая его, создавалось впечатление, что перед нами разворачивается огромная книга, которую мы раньше даже не открывали, проходя мимо нее. Параллельно он нам разъяснил, как следует себя вести в монастыре, чтобы не беспокоить других послушников. Запрещено было громко разговаривать, мужчинам и женщинам братья за руки и проявлять прочие знаки близости, возбранялось курить.

После своеобразной вводной лекции настоятель монастыря не без юмора заметил, что пора начать наставлять нас на путь истинный и освободить от оков бренного мира. Нас привели в одно из вспомогательных помещений, где выдали монашеские одеяния. У окончательно принявших буддизм монахов и прошедших ритуал посвящения одежда – серого цвета, при этом голова монаха всегда брита «под ноль». Для нас же выдали желто-оранжевые одежды послушников, готовящихся принять посвящение.

Наш учитель затем провел уже более глубокую ознакомительную лекцию, касавшуюся самых общих основ дзен-буддизма, а также правил поведения. При этом монах Кымган заметил: «Вам будет нелегко, потому что учение дзен-буддизма требует полностью забыть ту систему мировоззрения, к которой вы привыкли. Но сами увидите, что оно того стоит».

Объяснив обычаи и принятые в поведении формальности, нас пригласили на нашу первую дзен-медитацию. Как сказал монах Кымган, Будда есть в любом человеке, достичь просветления может каждый, надо только найти способ, открыть в себе то, что спрятано глубоко под налетом мирских страстей, желаний, эмоций. Поэтому каждое движение, каждая секунда пребывания в монастыре направлена на достижение умиротворения, избавление от бесполезных страстей и желаний. Послушник, придя в монастырь пусть даже на короткое время, должен постараться полностью избавиться от своего мирского наполнения, превратить себя, образно говоря, в пустой сосуд, в котором будет потихоньку накапливаться сущность Будды. Задача же наставника при этом – просто направлять ученика, помогать ему в трудные моменты, но весь этот путь каждый человек должен пройти самостоятельно. Он у каждого свой, сугубо индивидуальный.

Пытаться объяснить, что такое дзен-медитация и что она значит, – дело сложное, это надо прочувствовать, но опишу, как происходит сама медитация.

Послушники рассаживаются в зале в позе лотоса. Естественно, большая часть наших коллег не смогла исполнить такой запредельный акробатический трюк, на что им было разрешено сидеть как удобно.

Монах Кымган сказал, что путем медитации мы должны найти ответ на вопрос, звучащий как «И мвокко», который достаточно символичен и лишь приблизительно может быть переведен как «Что есть я? Как мне следует жить? Как я могу освободиться от желаний и страдания?»

Сбив нас с толку фундаментальными вопросами, ответы на которые многие, наверное, не могут найти до конца жизни, наш наставник выключил свет и погрузил зал в полумрак, а нам посоветовал думать, слегка прикрыв глаза, но в то же время не скатываться в манящую пропасть сна.

Приступив к медитации, я только тогда осознал, как трудно абстрагироваться от своих мирских забот. В голову постоянно лезли мысли о необходимости отшлифовать борт у поцарапанной недавно машины, не забыть оплатить счет за квартиру, поздравить друзей с днем рождения, забрать компьютер из ремонта и еще всякие мелочи, которые и наполняют нашу мирскую жизнь, не позволяя задуматься о чем-то более высоком. Постепенно, однако, стали все отчетливее слышны звуки шумящих за окном сосен, шелест прибоя, мелодичный звон колокольчика, висящего на скате крыши храма, шорох камушков, скатывавшихся по склону горы. Душа стала наполняться каким-то спокойствием, позволяя прислушаться уже к себе самому, пытаюсь при этом найти ответ на поставленный монахом Кымганом вопрос.

Конечно, во время первого сеанса медитации никто не обнаружил в себе Будду, но, как сказал наставник, возвещая ударом бамбуковой палки по ладони об окончании сеанса медитации: «Судя по вашим лицам, вы сделали свой первый шаг на пути достижения истинной сущности. Продолжать этот путь или нет – решать вам, но сейчас вы хоть в какой-то степени почувствовали, что такое дзен-медитация, без которой невозможно просветление».

Отрицать было трудно – медитация возымела свой эффект. Вспоминая то, какими немного шумными, слегка задерганными и нервными мы вошли в зал медитации, и сравнивая с тем, с какими буквально посветлевшими, посвежевшими и одухотворенными лицами мы вышли, – эффект был разителен. Все мирские заботы отошли далеко-далеко, я гораздо ярче стал осознавать красоту каждого штришка окружающей природы. Мир как бы наполнился невидимыми ранее цветами и красками. Полтора часов медитации хватило на то, чтобы стало казаться, будто суматоха столицы со всеми делами и заботами была когда-то давно, если вообще была...

Затем нас повели на ужин. Как известно, буддисты не едят ничего животного, поэтому еда состояла из плошки риса, небольшой чашки супа и растительных приправ. Набирать можно было столько, сколько хочешь, но с одним условием – все должно быть съедено до последнего зернышка. Затем монах Кымган угостил нас зеленым чаем собственного приготовления.

За чаем и неспешной беседой мы и не заметили, как солнце скрылось за горами и на дворе сразу же стало темно. Дав нам десять минут на разговоры, нас затем повели на вечернюю молитву. В монастыре монахи молятся минимум три раза в день: на рассвете, ближе к середине дня и вечером. Общая молитва происходит в главном зале монастыря – Зале Великого Будды. Распевать сутры, постукивая время от времени по деревянному барабану, начинает главный монах, потом подключаются уже все остальные. Все это сопровождается регулярными поклонами между куплетами. Основной смысл этих действий – выразить свое уважение и смирение перед Буддой и его воплощениями. Общее содержание слов молитвы нам было уже знакомо: «В каждом из нас есть Будда, этот бренный мир – мир страданий, он эфемерен и нереален, чтобы достичь реального мира, надо освободить душу от оков страстей и желаний...» и т. д.

Вся процедура молитвы продлилась примерно 15 минут. Легкий удар деревянного молотка по бронзовому колоколу возвестил нам, что пора отходить ко сну.

Поклонившись, как полагается, перед выходом из Зала Великого Будды, на улице нам ничего не оставалось, как в очередной раз раскрыть рты от потрясающего пейзажа. В небо поднялась огромная луна, которая в полной тишине освещала окрестности и отражалась в неподвижном океане, придавая всей картине неповторимую, первозданную красоту, еще раз заставляя убедиться, что природа творит выдающиеся шедевры.

Мы были положены спать в двух больших залах – один для мужчин, другой для женщин. Спать надо было прямо на полу, укрывшись легким одеялом. Несмотря на то что 10 часов вечера для подавляющего большинства из нас было весьма ранним временем, все мы достаточно быстро заснули, тем более что нас предупредили о раннем подъеме в монастыре – в 4 часа утра.

Меня разбудил звук легкого удара по колоколу, который исходил из Зала Великого Будды. Каждый день один из монахов по очереди поднимается немного пораньше других, бьет по колоколу, читает короткую молитву в зале, а затем ходит по периметру двора, едва слышно распевая сутры. Всего этого было достаточно, чтобы мы поднялись так, как будто привыкли с рождения вставать в это время.

Вокруг стояла полная темнота, так как луна уже скрылась за горами, а до первых лучей солнца надо было ждать еще пару часов. Быстрое умывание, и вот мы, выстроившись в затылок друг другу, идем на утреннюю молитву. Все было так же, как накануне вечером, только уже вся обстановка монастыря казалась более привычной и родной. Ну а про необыкновенную свежесть, чистоту и красоту утра в горах рассказать на словах трудно. Смеем заверить, это стоит пережить.

Помолившись в зале, мы под руководством монаха Кымгана сделали несколько кругов по двору монастыря, продолжая напевать сутры, слова которых «все мы пришли ниоткуда и уйдем в никуда, нет ничего, реален только Будда...» настраивали на философский лад.

Затем была церемония утренней медитации и завтрак. На этот раз прием пищи вылился в целый ритуал – с поклонами и самостоятельным мытьем посуды.

После этого мы прогулялись до аналога местного кладбища, увидев каменные ступы, в которых хранится прах умерших монахов. Там же нас ждало другое занятие – изготовление тушью на бумаге оттисков изображений различных мифических животных.

Больше всего меня поразили люди, жившие в монастыре, их отношение к окружающему миру, к другим людям. Благодаря пребыванию в обители довелось встретиться с теми, с кем трудно познакомиться в светской жизни. В монастыре принимают каждого, не отталкивают ни одну душу, обратившуюся за помощью. Во время нашего пребывания там жил чех по имени

Борек. Со слов монаха Кымгана, Борек вот уже несколько лет путешествует по буддийским монастырям разных стран и вот теперь на некоторое время остановился в Корее. Был и странствующий монах, который вот уже несколько десятков лет ходит от храма к храму по Корее. Его тоже приютили до тех пор, пока он сам не решит уйти. Для гостей есть одно правило: они должны оказывать посильную помощь в работе по монастырю – убирать двор, вести при необходимости молитвы, обучать послушников, если для этого есть необходимый уровень знаний, и т. п. А в остальном – вы сразу же становитесь своим, и при этом никто не будет докучать вас вопросами, захотите – сами расскажете о себе, а нет – и так хорошо.

Вообще, глядя на людей, которые были нашими гидами в этом небольшом путешествии по миру буддизма, я думал, что они живут полностью в согласии с собой и нашли мир в своих душах. Монахи и послушники всегда говорили со спокойной приветливой полуулыбкой, были полны терпения и внимания, не уставали поправлять неизбежные наши «ляпы» при выполнении тех или иных ритуалов. При этом, как я потом обнаружил, я постоянно ошибался в их возрасте лет на десять-пятнадцать. Практически все выглядели моложе – наверняка сказывалось здоровое питание, чистый воздух, красивый пейзаж окружающей природы, а главное, что они для себя нашли то, что искали.

Когда программа нашего «буддийского монашества» была закончена, прощаясь с нами, стоя на ступенях лестницы, соединяющей место парковки с комплексом зданий монастыря, наш наставник Кымган повторил фразу, сказанную в самом начале: «Наши двери всегда открыты, если захотите спокойствия души – приходите к нам». Я уже тогда знал, что обязательно приеду снова.

Мудрость медитации

– Приветствую вас, благодарю за то, что нашли время пройти нашу программу подготовки. Вы будете вставать в четыре часа утра, в общей сложности у вас будет около восьми-девяти часов самосовершенствования ежедневно, еда будет только самая здоровая, вместо ужина – стакан имбирного чая. Сейчас я предоставляю вам последнюю возможность на ближайшие восемь дней поговорить. Во время всего курса вам будет запрещено говорить. У вас также заберут мобильные телефоны, компьютеры, плееры и прочие устройства. Это делается для того, чтобы вы могли полностью сконцентрироваться на своем внутреннем голосе и изменили себя. По окончании курса вам будут даны новые имена, которые лучше всего отражают вашу внутреннюю сущность. Если есть вопросы – задавайте, – наставник внимательно обвел нас взглядом, немного подождал и после паузы продолжил: – Если нет, то курс подготовки с этого момента начался...

Так начался восьмидневный курс обучения искусству дзен-медитации в монастыре Михванса, куда я вернулся через год после первичного знакомства с миром корейского буддизма по программе temple stay. В отличие от предыдущей поездки, на этот раз чувствовалось, что люди были не новички в мире буддизма. Всего же нас набралось 13 человек.

Условия жизни были вполне приемлемые – мужчины и женщины спали, конечно, в разных комнатах, но на этом разделение заканчивалось. Спали на полу, на расстеленных циновках. Туалет и душ – на улице. По-спартански, но приемлемо. С другой стороны, если бы вдруг выделили отдельные на каждого номера в стиле пятизвездочной гостиницы, то никакого ощущения монашеской аскезы и не было бы.

Вставали мы в четыре утра и ложились спать в 10 часов вечера. Медитация проходила четыре раза в день – с 5 до 6 утра, с 9 до 12 и с 2 до 5 дня и 7.30 до 9.30 вечера, всего 9 часов. Правда, вечером час от медитации могли забрать на изучение буддийских текстов. Дважды в день – после утренней медитации и после дневной (с 2 до 5 часов дня) – полагалось работать: убирать территорию, готовить на кухне и т. п.

Также дважды в день мы ели – завтрак и обед, два раза в день пили чай и один раз – вечером – нам давали морковный сок. Ужина как такового не было. После обеда было полтора часа свободного времени. Кто-то спал, кто-то медитировал, а я же стал по окрестным горам лазить по причинам, о которых скажу ниже. Еще два раза в день – сразу после подъема и после захода солнца – была молитва.

Вот примерно таков был распорядок дня. Как видно, основное время посвящено медитации, что, впрочем, и было главной целью этого «тренинга».

Предупреждения, что нам запретят разговаривать и заберут все отвлекающие предметы, не оказались пустыми словами. Если хочешь что-то сказать – пиши в блокноте, который специально выдали, а так молчи. И никаких исключений, даже если недомогание – пиши, что у тебя температура и прочее, но не говори.

Мобильники, все электронные устройства и прочие достижения современной цивилизации все сдали в первый же день, получив обратно лишь в день ухода. Причина была все та же, что для обета молчания, – чтобы ничто не отвлекало и была возможность прислушаться к внутреннему голосу души. Если поначалу было как-то неуютно без мобильного, то со второго дня почувствовал такую свободу и спокойствие, о которых потом еще долго вздыхал, вернувшись в большой город. Взамен всего этого выдали блокнот и карандаш – для общения и записей умных мыслей, если таковые вдруг появлялись.

Пожалуй, наиболее жесткие ограничения, с точки зрения «обычного» человека, касались еды. Во-первых, ужина лишили, оставив вместо этого лишь стакан морковного сока, а во-вторых, сама еда, которую давали во время завтрака и обеда, была очень легкой. Известно, что для буддистов каждое живое существо священо, поэтому из еды абсолютно исключены мясо, рыба и яйца. Точно такие же ограничения на пищу, которая «туманит рассудок», – перец и прочие пряности.

Сам же процесс приема пищи превращен в целый ритуал, к которому надо привыкнуть. Никаких столов не предусмотрено: все сидят на полу по-турецки, наборы для еды состоят из четырех плошек разного размера, которые завернуты в одно полотенце. Одна плошка предназначена для риса, другая – для растительных закусок, третья – для супа, а четвертая для воды. Дежурный монах ставит перед каждым кастрюлю с едой. Еды можно брать сколько угодно, но важное условие – съесть надо все без остатка.

В итоге оказалось, что привыкнуть к монастырской еде – отсутствию мяса, рыбы, сладостей и прочих излишеств – достаточно просто. Главное, как мне показалось, чтобы соблазнов не было, тогда о еде и не думаешь и голод как-то не чувствуется. В нашей же цивилизации все напичкано рекламой продуктов, мы постоянно проходим мимо магазинов, ресторанов, булочных: это провоцирует аппетит. В монастыре же этого ничего нет, а потому и есть как-то не хотелось. В итоге я ради прогулок по горам по разрешению настоятеля стал и обеды пропускать – и никак от этого не страдал. Зато вечерний чай и сок казались особенно вкусными, а желудок, да и все тело были всегда легкими.

Чтобы понять, принять и начать практиковать буддийскую дзен-медитацию или хотя бы уловить ее общий принцип, необходимо знать как минимум основы дзен-буддизма. Для нас в первые два дня провели что-то типа блиц-лекций. Монах Кымган пояснил, что каждый момент нашего пребывания в монастыре должен быть подчинен достижению умиротворения, отказу от заслоняющих сущность Будды желаний. И дабы облегчить этот процесс, и введены ограничения вроде диеты и молчания.

Дзен-буддизм придерживается точки зрения, что просветления может достигнуть любой. Для этого есть разные способы: созерцание (попытки проникнуть в глубинную суть вещей), молитвы (многократное повторение одного и того же священного звука) и специальные медитации. Дзен-буддийские монахи чаще всего пытаются идти путем медитации, хотя и два других способа используются.

Но больше времени мы посвящали тому, чтобы учиться превращать свое сознание в «чистое зеркало», отражающее только реальность, без каких-либо мыслей в голове – не более и не менее того.

С технической точки зрения занятия по медитации проводились следующим образом. В самом начале дня монах Кымган парой фраз давал наставление, задание (подумать над очередным коаном, не пытаясь при этом найти логического решения, или формировать сознание-зеркало). Мы же рассаживались в зале на отведенные нам коврики в позе полулотоса или лотоса спиной друг к другу и лицом к стене, наполовину прикрывали глаза, выбирали точку для концентрации и старались освободиться от мыслей. Так продолжалось 50 минут, затем был 10-минутный перерыв, а затем снова медитация. Начало и окончание медитации сопровождалось специальным сигналом: монах брал бамбуковую палку, расщепленную с одного конца, и делал три удара себе по ладони, производя характерный щелкающий звук.

Но люди есть люди. Особенно во время самой ранней медитации с 5 до 6 утра легко было «освободиться от мыслей» путем банального засыпания. Но наш наставник все, как оказалось, видит. Он сразу брал в руки гибкую рейку, подходил к задремавшему и начинал гладить его по плечу, пробуждая. Кого «застукали» за сном, должен был, не вставая, поклониться и подставить спину, по которой наставник делал три хлестких удара рейкой. Не особо больно, но чувствительно, сон прогоняло – это однозначно. Говорят, что в древности монахов били палками и посильнее...

Дзен-медитация – уникальная психологическая работа над собой, психическое преобразование: и действительно, чем больше ей занимаешься, тем большего достигаешь. Это чувствовалось по тем из нашей группы, кто уже давно практиковал дзен-медитацию. Им наставник давал для осмысления более сложные коаны, а мы же чаще должны были заниматься освобождением сознания: и у медитации есть свои уровни.

Если же говорить совсем про мастеров, то я услышал о таком случае: одному из ведущих монахов срочно надо было делать операцию. Пациенту было уже за 80 лет, врачи боялись, что общий наркоз, без которого просто нереально было оперировать, организм монаха не перенесет. Но монах ушел в глубокую дзен-медитацию, во время которой его и оперировали. Никаких лекарств не применяли, а монах ничего не чувствовал. Вот так-то...

Монах Кымган образно пояснил, что наставник – это как курица, которая в нужное время начинает бить по скорлупе, помогая птенцу вылупиться. Но если «птенец» не созреет до выхода, то никакая «курица» не поможет. Талант наставника – почувствовать, что послушник созрел, и дать при необходимости толчок. Хотя не исключено, что и последний самостоятельно достигнет просветления, такие случаи тоже бывали и происходят до сих пор.

Кстати, когда я в последний день программы, когда нам разрешили говорить, спросил, как определяют, достиг человек просветления или нет, монах Кымган мне лишь ответил: «Он это сам чувствует. А видно или нет – все равно что спрашивать, светло сейчас или нет, когда ты морщишься от яркого солнца».

Возвращаясь к медитации, хочется сказать, что она действительно помогает почувствовать что-то иное, прикоснуться к чему-то неведомому и при этом получить заряд бодрости и отдыха за короткое время. И чем больше занимаешься, тем большего достигаешь. В первые дни, честно говоря, в голову лезла всякая чушь, было откровенно скучно – попробуйте просто сидеть по восемь-девять часов в день, не двигаясь. Но потом стало приходить понимание, а в какие-то моменты – состояние, возможно, близкое к тому самому «зеркалу-сознанию». Конечно, никакое прозрение не пришло за неделю и в Нирване я не оказался, но было какое-то ощущение, что прикоснулся к чему-то особенному, внутренне изменился.

Мы практиковали только сидячую медитацию, тогда как на более высоких уровнях можно практиковать медитацию где угодно – хоть на прогулке, хоть во время работы. Надо только уметь отрешаться и как бы «разделяться» – часть сознания работает или идет, а другая

медитирует. Новичкам это очень трудно, потому мы и находились в такой обстановке, когда ничего другое не отвлекало.

Долгие часы медитации мне давались очень нелегко. Корейцы с детства привыкли постоянно сидеть по-турецки или в позе полулотоса, у меня же постоянно затекали ноги. В итоге после долгих мучений я стал делить каждые 50 минут медитации на три периода: в первый, пока еще не уставали ноги, пытался искренне медитировать, затем мучения отвлекали и я позволял сознанию переключаться на бытовые проблемы и вопросы: планировал свои дела на будущее, что-то обдумывал, рассуждал сам с собой. Третий этап, когда ноги уже молили размять их, я просто терпел, ожидая спасительных хлопков бамбуковой палкой, возвещавших о перерыве. Иногда и не выдерживал – вытягивал ноги заранее. В перерывах же тут же бросался разминаться.

Монах, видя мои мучения, дал дельный совет: в послеобеденное свободное время ходить по местным горам, давая ногам нагрузку. Горы действительно были очень красивые, а виды сверху открывались потрясающие. После прогулок было проще переносить медитацию, так как ноги отдыхали и меньше ныли. Да и сами горные мини-походы чем-то были сродни медитации в движении – хорошо освежали не только тело, но и душу. В общем, не так-то медитация проста и с физической точки зрения. Правда, мне сказали, что многие буддийские монахи медитируют по 15–16 часов в день. После этого жаловаться на наши восемь-девять часов практики стало как-то стыдно...

Помимо медитации в нашу программу пребывания в храме вошло и изучение чайной церемонии, постижение секретов приготовления правильного зеленого чая. Как сказал Кымган, зеленый чай изобрели в буддийских монастырях и стали употреблять для того, чтобы помогать монахам не засыпать во время длительных медитаций.

Описывать в подробностях порядок корейской чайной церемонии, говорить, что куда надо переливать – дело не самое интересное. Гораздо лучше один раз попробовать самому. Просто поверьте: самая известная, раскрученная и превращенная в настоящее туристическое развлечение чайная церемония – в Японии. Но есть она и в Корее: попроще, более обыденная, зато со своими секретами. А зеленый чай следует пить следующим образом: взяли кружку, поднесли поближе – насладитесь видом напитка, затем еще ближе – вдохните уже его аромат. А потом медленно, смакуя, выпейте первый глоток, закрыв при этом глаза. Если понравилось – посмотрите в глаза тому, кто его приготовил, и молча, буквально взглядом или незначительным наклоном головы поблагодарите.

Мне очень понравилась программа обучения дзен-медитации. Однозначно – страна открылась с той стороны, с которой я раньше ее не видел. Получилось, с моей точки зрения, проникнуть за ширму неизбежно поверхностно-туристических одно-двухдневных программ пребывания в монастыре.

В практическом плане медитация отлично помогает освободиться от стресса, «встряхнуться» и посмотреть на жизнь более оптимистично, не принимать неизбежные проблемы близко к сердцу. Так что верите вы в буддизм или нет – не важно, медитация может стать хорошим методом восстановления душевного равновесия. По крайней мере, так мне показалось.

Кроме того, где и когда вы еще сможете просто подумать о себе? Отстраниться от многочисленных ежедневных проблем, действительно прислушаться к себе, да хоть и спланировать будущее, подумать, правильно ли вы живете и что следовало бы изменить?.. Этих моментов, когда мы можем поговорить сами с собой, мы зачастую лишены в нашей жизни в бетонных джунглях, в мире того, что мы называем «современной цивилизацией».

Если говорить о составе участников, то он был очень «разношерстным». Помимо меня, в нашей группе был еще один мужчина, директор обанкротившейся строительной компании. По дороге обратно в Сеул он рассказал, что хотел свести счеты с жизнью, но его уговорили побывать в монастыре. Возвращаясь назад, он уже не думал о том, что его положение безна-

дежно. Среди женщин были и домохозяйки, и школьницы, и офисные работницы. По некоторым было видно, что у них какое-то горе или как минимум очень большие проблемы. В конце же морщины на их лицах стали разглаживаться. Были и те, кто думал о стезе монаха... Люди были самые разные, но, как мне показалось, никто не ушел, подумав, что потратил время зря.

В этом, конечно, очень большая заслуга монаха Кымгана, который, как нам рассказали позже, первым в Корее организовал такую программу, увидев ее в действии в Непале и Мьянме, сумел адаптировать к условиям Кореи и сам же и повел. Кроме всего прочего, он действительно настоящий духовный наставник с большой буквы, который умеет достучаться до душ, найти к каждому человеку свой подход, правильные слова или действия.

В самом конце нам раздали сертификаты с нашими новыми именами. «Имя по паспорту – Олег, ваше новое имя как прошедшего посвящение послушника – Чисан. «Чи» – мудрость, «сан» – гора. Гора, потому что вы, как я понял, горы очень любите, а «мудрость» – то, к чему всем всегда надо стремиться. Создавайте свою гору мудрости. Если же когда-то решите встать на путь буддийского монаха, назовите имя Чисан, придумывать уже будет не надо», – сказал монах, вручая мне небольшой диплом о прохождении курса.

Церемонией озвучивания новых имен и вручения свидетельств с небольшим набором памяток завершилось наше пребывание в монастыре. Мы потом прошли в небольшую чайную монастыря, попили приготовленный монахом напиток, поговорили вдоволь, так как запрет на разговоры был снят. Хотя казалось, что за все это время мы не умолкали: и спорили, и вместе размышляли, – далеко не всегда для этого необходимы слова, часто они даже мешают.

«Вы отдали часть своей души монастырю, а он в свою очередь поделился с вами частичкой себя. И вы, и он стали немного другими, – сказал нам на прощание Кымган. – Двери Михванса всегда открыты для вас, это ваш дом. Приходите всегда, когда захотите. Даже если меня не будет, монастырь вас будет помнить. И еще – просто помните, что Будда, просветление, Иисус, Всевышний – назовите его как угодно – это в вас уже есть, надо просто постараться открыть это состояние в себе. Делайте добрые дела и не надейтесь на благодарность. И каждый день старайтесь хотя бы на минуту прислушаться к своему внутреннему голосу – он поможет вам преодолеть все трудности и страдания обычного мира» – таким было напутствие нашего наставника, который затем поклонился нам, сложив ладони перед собой, улыбнулся и не спеша стал подниматься назад в монастырь. Мы же, не стовариваясь, остановились, чтобы напоследок взглянуть и на Михванса, и за выроставшие за ним горы Тальсмасан, и на расстилающуюся впереди гладь океана...

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.