

Часть 1

Обращение к Прибежищу в Трёх Драгоценностях

Учебный курс по Дхарме
для митр в «Триратне»
(базовый год)

Под редакцией Саччанамы

Учебный курс по Дхарме для митр в «Триратне» (базовый год).
Часть 1: Обращение к Прибежищу в Трёх Драгоценностях.
ISBN: 978-1-291-21336-2
Под редакцией Саччанамы.
Первое издание — 2014 © Суваннавира (Андрей Пашкевич).
Перевод с английского: Е. Жаркова.
Веб-сайт: <http://buddhayana.ru>
e-mail: talkto@buddhayana.ru

Этот перевод «Учебный курс по Дхарме для митр в Триратне (базовый год). Часть 1: Обращение к Прибежищу в Трёх Драгоценностях» публикуется по договоренности с Triratna Chairs Assembly.

Образ на обложке - алтарный зал в ритритном центре «Арьялока», Нью Хэмпшир, США.

"Triratna Dharma Training Course for Mitras – Foundation Year.
Part 1: Going for Refuge to the Three Jewels".
Edited by Saccanama.
2012 © Triratna Chairs Assembly, UK
Веб-сайт: <http://www.freebuddhistaudio.com/study/>

Изучение Дхармы как духовная практика

Введение

Главная цель этого курса – скорее помочь людям улучшить их жизнь и состояние ума, а не просто дать информацию о буддизме для удовлетворения интеллектуального интереса. Но для того, чтобы практиковать Дхарму, мы должны знать Дхарму, и идеи буддизма оказывают преобразующий эффект сами по себе, изменяя наш способ видения мира, а следовательно, то, как мы чувствуем и действуем.

Поэтому этот курс включает большое количество текстов для чтения, размышления над текстами и беседы о текстах. Но важно, чтобы мы не подходили к этому с нашим обычным отношением к тому, что мы называем «обучением», что может привести к чувству соперничества или неполноценности, или задействовать лишь наш критический, рациональный ум, а не все наше существо.

Следующий текст, основанный на беседе Падмаваджры, предлагает более творческий способ отношения к тому, что мы иногда называем «обучением», рассматривая его как «беседы о Дхарме», сущностную и освященную веками духовную практику, которая дает вдохновение, развивает мудрость, создает духовное сообщество и дает нам окружение, в котором мы можем работать над нашими привычными способами существования.

Беседы о Дхарме

(Основано на беседе «Беседы о Дхарме»

Падмаваджры, с привлечением дополнительных материалов).

Для первых буддистов «беседы о Дхарме» – «Дхармакатха» – были важной практикой. Дхармакатха означает беседы о Дхарме, разговор, основанный на Дхарме,

касающийся Дхармы. Это означает использование идей, идеалов, формулировок и символов Дхармы как средства общения. Это не факультативное добавление.

В этом месте кто-то обычно возражает, что переживание истины буддизма, как полагают, находится где-то за пределами слов и представлений. Но преждевременное «призывание невыразимого» не освободит нас само по себе. Прежде, чем мы «призовем невыразимое», нам нужно освободить себя от пут заключающих нас в тюрьму представлений и мировоззрения, которые мы уже приняли, не зная об этом. Мы постепенно замечаем эти бессознательные воззрения идеями, которые мы выбрали сознательно, которые приводят к освобождению и помогают нам обрести жизнь, полную духовности. Лишь когда мы сделаем это, мы можем выйти за пределы всех представлений. Если мы «призовем невыразимое» слишком рано, до того, как мы прошли через этот процесс, мы просто-напросто останемся в ловушке сети бессознательных взглядов, которые мы подобрали у нашей семьи, друзей, образования, общества и т.д. Как гласит «Пробуждение веры в Махаяну», «мы используем слова, чтобы освободиться от слов, пока мы не достигнем чистой невыразимой Сути».

Воздействие Дхармы ведет к преобращению

Когда мы изучаем текст, который исходит из ума кого-то более развитого духовно, чем мы сами, мы вступаем в его ум – мы вступаем в высший мир. В группе изучения мы можем проводить время с нашими духовными друзьями, живя в этом высшем мире, помогая друг другу переживать его настолько полно, насколько это возможно. Этот подъем в высший мир – опыт, ведущий к преобращению. Он может перенести нас в высшее состояние с такой же несомненностью, как и любая практика медитации. Он даже может привести нас напрямую к Озарению. В Палийском каноне есть больше случаев, когда люди прорывались на новый уровень в

результате воздействия Дхармы, чем в результате медитации! (Среди позднейших примеров – Хуэйнен и Сангхаракшита, которые оба пережили Озарение в результате воздействия *Алмазной Сутры*).

Чтобы получить пользу от этого преобразующего воздействия, нам нужно правильно подходить к этому. Нам нужно помнить, что мы вступаем в иной, высший мир, и быть открытыми к атмосфере и магии, а не просто сосредотачиваться на концепциях.

Нам также нужно относиться к этому с уважением, признавая, что источником текста является существо, стоящее на более высоком уровне развития, чем мы. Если нам не нравятся какие-то аспекты того, что говорит это существо, нам нужно открыться той возможности, что наши реакции, возможно, говорят больше о нас, чем о Реальности. Это не означает, что мы должны покорно соглашаться, но нам нужно сохранять открытость ума и готовность попробовать взглянуть на мир с непривычной точки зрения. Если мы так подходим к тексту, это само по себе становится практикой озарения. Часто наши взгляды больше основаны на ограничениях, чем на всестороннем размышлении. Если нам не нравится идея, может быть очень полезным задать себе вопрос, почему так происходит. Если мы честны, настоящий ответ может быть таким: «потому что я думаю о себе как о таком-то и таком-то человеке», «потому что все мое образование придавало большое значение другим взглядам», «потому что если я действительно принял бы это, мне бы пришлось измениться до такой степени, в какой я еще не готов это сделать». Стать честным с самим собой – шаг к освобождению себя от зафиксированных представлений о себе, важный аспект Проникновения.

Изучение Дхармы вдохновляет

Когда мы погружаемся в текст по Дхарме, мы вступаем в мир более развитого ума. Мы вступаем в высший мир, и это посещение высшего мира вдохновляет, оно также побуждает к действию! Мы

можем сделать обучение более вдохновляющим для себя и других, подготавливая несколько вопросов, которые мы хотим прояснить в группе. Это могут быть моменты из текста, которые мы находим особенно вдохновляющими или раскрывающими глаза, какие-то вещи из нашего опыта, которые иллюстрируют то, о чем говорилось, или то, как текст может помочь нам в практике. Размышление об этом до встречи – акт щедрости к группе, и если каждый подготовится таким образом, обучение будет живым и вдохновляющим.

Изучение Дхармы – путь к развитию мудрости

Традиционно выделяются три шага к развитию мудрости:

а/ Шрута-майи-праджня, Мудрость, которая протекает из слушания и изучения.

б/ Чинта-майи-праджня, Мудрость, которая протекает из обдумывания и размышления.

г/ Бхавана-майи-праджня, Мудрость, которая протекает из продвижения в медитации.

Последняя из них – «истинная» Мудрость, но почти для всех обычных существ остальные шаги необходимы, без них никогда не обрести последнюю мудрость.

Шрута-майи-праджня

Нам нужно слушать и изучать основные учения. Как практикующим буддистам, нам нужно запомнить основные положения наизусть – наставления, препятствия, уровни Обращения к Прибежищу, уровни мудрости и т.д. Когда мы заучиваем эти вещи наизусть, они становятся частью нашего мышления, частью нашего способа бытия в мире. Это самая основная функция обучения.

Чтобы развивать этот уровень мудрости, нам нужно, прежде всего, уяснить, о чем говорится в тексте для изучения, независимо от наших реакций на него. Для

этого нам обычно приходится делать заметки, упрощая его до главных пунктов и положений Дхармы. Это позволит нас прийти в группу обучения уверенными, что мы знаем важнейшие положения и можем дать краткое изложение для остальных участников группы, если нас об этом попросят.

Некоторые люди, получившие неудачный опыт формального образования, испытывают трудности в этом процессе. Это та сфера, в которой члены Сангхи могут помочь друг другу. Если процесс чтения и составления заметок труден, очень полезно проходить текст с кем-то еще, выбирая основные пункты, чтобы таким образом преодолеть недостаток уверенности или опыта в этой сфере.

Чинта-майи-праждня

Этот уровень мудрости возникает в результате обдумывания и размышления. Это включает размышление над Дхармой наедине с собой, но обсуждение текста с другими буддистами – также эффективный метод развития этого уровня мудрости, и для большинства людей это необходимая часть процесса. Мы извлекаем пользу из разнообразия темпераментов, разнообразия жизненного опыта, разнообразия воображения, и таким образом мы видим то, о чем говорится, с многих точек зрения. Также, возможно, окажется легче достигнуть высокого уровня интереса и энергии в обсуждении, чем в самостоятельном размышлении. Мы все можем вносить вклад в этот процесс исследования, вооружившись основными пунктами, на которые мы хотели бы обратить внимание, как это предлагалось ранее.

Бхавани-майя-праджня

Иногда кажется, что группа изучения Дхармы вступает на магическую территорию – совместное исследование Истины, где забыто эго, где кажется, что есть один ум со многими телами, и где мы получаем представления о

живой, изменяющей жизнь духовной истине, скрытой за словами учений. Это граничит с бхавана-майи-праджней. Обычно нам нужна ясность и сосредоточенность медитации, чтобы полностью развить этот уровень мудрости, но когда это действительно происходит, это обычно является результатом глубокого опыта в предыдущих уровнях: мы знаем Дхарму на интеллектуальном уровне, мы вдумчиво размышляли над ней, она стала частью нашего мышления, она пропитала нас насквозь. Затем, когда мы медитируем над ней, она превращает нас в совершенно другое существо.

Изучение Дхармы способствует развитию Сангхи

Изучение Дхармы – возможность взаимодействовать с другими буддистами в контексте Дхармы, что напоминает нам о взаимодействии на основе нашего высшего «я» – взаимодействии нашего высшего «я» с высшим «я» других. Это общение с другими на основе наиболее высокого внутри нас – одно из определений Сангхи. Важная цель группы изучения – создать мини-Сангху на этой основе. Беседы с другими о Дхарме часто помогают в этом отношении больше, чем беседы о футболе, политике, событиях повседневной жизни, о наших личных проблемах, которые склонны возвращать нас к старому обычному уровню «я», в качестве которого мы присутствуем в мире повседневности.

Учебные группы – способ работы над собой

То, что обычно вмешивается в развитие Сангхи в любой ситуации в группе, это наш обусловленный способ реагирования и тот факт, что другие люди «давят на нас». Группа изучения Дхармы – отличная возможность работать над этим, поскольку она обеспечивает безопасность, поддержку и стимулирует нас, постоянно напоминая, что мы должны преобразить наши реакции, а не потворствовать им. Построение Сангхи – упражнение в осознанности к себе и выходе за пределы «я».

Изучение «нажимает на кнопки», и группа людей вталкивает нас в наши привычные роли. Нам нужно сосредоточиться столь же сильно на том, *каковы* мы в группе – особенно на том, как мы влияем на других, – как и на идеях, которые обсуждаются.

Возможные реакции включают соперничество, стремление спорить, робость, погруженность в себя, гнев по отношению к непривычным идеям и т.д.

Возможные роли – бунтовщик, стремящийся к лидерству, хороший мальчик или девочка, адвокат дьявола, внешний наблюдатель, всезнайка, выскочка, циник и шутник.

Нам нужно спросить себя, каковы наши привычные реакции и роли в группе? Нам нужно найти способ учитывать это и принимать удары. И нам нужно искать более творческие способы существования в группе, которые создают гармонию и чувство всеобщего вдохновения. Если мы так относимся к этому, то, что мы являемся частью группы, становится упражнением во внимательности, любящей доброте, общении и выходе за пределы наших привычных способов существования – это становится самостоятельным мощным средством практики Дхармы.

Примечания

Палийский канон – это свод записей речей Будды и правил монашеской жизни, записанных на языке пали, которые составляют основу учений школы Тхеравада в Юго-Восточной Азии.

Кто такой буддист?

Введение

Во время ритуала, когда мы становимся митрой («другом» на санскрите), т.е. когда мы становимся другом Буддийского Ордена «Триратна», мы провозглашаем:

«Я считаю себя буддистом»

«Я пытаюсь практиковать Пять наставлений»

«Буддийская Община «Триратна» – основная среда, в которой я хочу практиковать, по крайней мере в обозримом будущем».

Цель первой части этого Базового курса – помочь нам исследовать первое из этих утверждений, обеспечивая нам лучшее понимание того, что значит быть буддистом.

Но как только мы спрашиваем, что значит быть буддистом, мы сталкиваемся с трудностью. В традиционном буддизме не существует эквивалента нашему слову «буддист». Для нас на Западе стать «истом» любого сорта означает, что мы приняли систему идей и верований. Но буддизм на самом деле не «изм» в этом смысле. Буддизм – не столько вера, сколько путь практики. Поэтому «быть буддистом» не значит, что мы подписались под набором верований. Это скорее обозначает, что буддизм повлиял на то, как мы живем, означает, что мы преданы буддийским практикам, или что нам созвучны буддийские представления, или что мы чувствуем связь с другими буддистами, с которыми мы встречались.

Во времена Будды ближе всего к утверждению «я буддист» было сказать «я прихожу к прибежищу в Будде, Дхарме и Сангхе». Но когда мы впервые встречаемся с этой фразой, она, возможно, ничего для нас не значит. Нам нужно расшифровать ее, нам нужно пробраться через странно звучащие слова к внутреннему опыту,

символом которого они являются. Это опыт, которым вы уже должны в известной степени обладать, иначе бы вы не принимали участие в этом курсе. Это опыт, который ведет к сдвигу в нашем мировоззрении, сдвигу в том, к чему обращено наше сердце, и сдвигу в нашем поведении.

Поэтому целью первой части данного курса является расшифровка этой фразы «Я прихожу к прибежищу в Будде, Дхарме и Сангхе». Ее цель – помочь нам соотнести ее с нашим собственным опытом, частично обрести более ясное представление о том, что значит быть буддистом, и, что более важно, углубить и усилить опыт, к которому он отсылает.

В следующем отрывке из своих бесед Сангхаракшита дает краткое введение в смысл Обращения к Прибежищу в Будде, Дхарме и Сангхе. Делая это, он остроумно использует слово «обращение». Для некоторых людей это слово будет иметь нежеланный «религиозный» отзвук, но нам нужно отбросить это и сосредоточиться на его истинном значении – «повороту», который ведет к сдвигу в наших жизненных приоритетах. В этом тексте Сангхаракшита говорит о «обращении к Прибежищу» в Будде, Дхарме и Сангхе как о сильном переживании, которое ведет к полной переориентации нашей жизни. Вы можете не переживать такого глубокого чувства преданности, но это не означает, что вы не «обращаетесь к Прибежищу» на определенном уровне или что вы не можете быть буддистом. Опыт «обращения к Прибежищу» может быть получен на многих уровнях, и менее сильная преданность – также действительный и ценный опыт. Но для вас может оказаться полезным услышать о том, на что похоже «обращение к Прибежищу» в его полноте, и поразмышлять над революционным, освобождающим воздействием, которым будет обладать подобное воззрение.

Значение «Обращения к Прибежищу»

(Текст составлен на основе отрывков из лекций «Обращение к Прибежищу», «Преданность и духовное сообщество», «Измерения обращения к Прибежищу» и «Уровни обращения к Прибежищу» Санхаракшиты).

«Обращение в буддизм»

«Обращение» в духовном смысле часто понимается как поворот от язычества к свету истинной веры, но у него также есть более высокое и ценное значение. Общепринятое значение слова «обращение» довольно очевидно: любой словарь скажет нам, что оно означает просто «повернуться». И когда кто-то поворачивается, это подразумевает двойное движение: движение от чего-то и движение к чему-то. Обращение означает поворот от низшего к высшему образу жизни, от мирской жизни к духовной. Об обращении в этом смысле часто говорится как о перемене сердца.

Один из наиболее примечательных примеров внезапного «поворота» – случай с разбойником Ангулималой, который изменился в течение нескольких дней, превратившись из грабителя и убийцы в освобожденное существо. Но, хотя у некоторых людей и бывает такое мгновенное переживание, обращение может происходить и более постепенным путем. Может быть мгновение обращения, опыт может быть внезапным, даже катастрофичным, но потом вам становится ясно, что на самом деле всю свою жизнь, на протяжении многих лет, вы постепенно готовились к этому моменту.

Но как бы он ни приходил к нам, на протяжении нескольких лет или за несколько секунд, опыт обращения – самый важный из всех возможных, потому что он отмечает начало нашей духовной жизни. Поэтому значение обращения заслуживает нашего самого пристального внимания.

«Обращение к Прибежищу»

«Обращение к Прибежищу» – самый простой аспект обращения в буддизме. Так что же такое обращение к Прибежищу? Хотя этот термин широко употребляется, он может быть для вас чем-то таинственным, когда вы впервые сталкиваетесь с ним. Что имеют в виду под Прибежищем? И в чем или в ком происходит «обращение к Прибежищу»? Краткий ответ заключается в том, что как практикующий буддизм человек обращается к Прибежищу в Будде, просветленном учителе, к Дхарме, или его учению о пути, ведущем к Просветлению, и к Сангхе, общине тех, кто движется по этому пути по направлению к Просветлению. Эти три объекта Прибежища широко известны как Три Драгоценности, «Триратна» на Санскрите и «Тиратана» на Пали.

Значение «прибежища»

Для начала, что имеется в виду под «прибежищем»? Прибежище от чего? Традиционное объяснение этого довольно очевидное: Три Драгоценности – это прибежище от страдания. Именно существование Будды, Дхармы и Сангхи делает для нас возможным спасение от неудовлетворенности, непостоянства, обусловленности и «нереальности» мира, когда мы переживаем их.

Будда, Дхарма и Сангха называются Тремя Драгоценностями, потому что они представляют собой мир высших духовных ценностей. Тот факт, что эти ценности существуют, дает нам возможность развития, эволюции и продвижения далеко за пределы нашего настоящего, относительного низкого уровня. Рассматриваемые в качестве прибежища, Три Драгоценности символизируют возможность полного освобождения от страданий.

То, что мы говорим «обращаться к прибежищу», не лингвистическое совпадение. Вы не просто принимаете Три Прибежища, вы обращаетесь к прибежищу. Это действие – полная, безусловная переориентация вашей

жизни, вашего существования, ваших стремлений в направлении Трех Драгоценностей. Когда вы говорите «Я обращаюсь к Прибежищу», вы не только признаете, что Три Драгоценности – высшая ценность из всего существующего, вы также действуете согласно этому. Вы видите, что Три Драгоценности обеспечивают возможность выбраться в высшее духовное измерение, и вы делаете это – вы полностью меняете направление и реорганизуете вашу жизнь в свете этого понимания.

«Обращение к Прибежищу» во времена Будды

Иногда, когда мы читаем буддийские писания, в нас возникает впечатление, что Дхарма – это список предписаний. Но, несомненно, вначале это было не так. Все это было ново, оригинально, остроумно. Будда говорил из глубины своего духовного опыта. Он объяснял Истину. Он показывал Путь, ведущий к Просветлению, и человек, к которому он обращался, обычно исполнялся изумления и потрясения. В некоторых случаях люди теряли дар речи или могли лишь произнести, запинаясь, несколько бессвязных слов. Им что-то открывалось. Внезапно они обнаруживали что-то, что выходило далеко за пределы их обычного понимания. Или они, например, по крайней мере ощущали проблеск Истины, и этот опыт ставил в их тупик. Снова и снова в подобных случаях писания говорят нам, что такой человек восклицал:

«Превосходно, Владыка, превосходно! Как если бы кто-то поднял низверженное, или обнажил скрытое, или указал путь заблудшему, или внес лампу в темноту, говоря «Те, кто имеют глаза, да увидят!», так и Благородный проявляет Истину многими способами».

Это обычно глубоко воздействовало на человека, глубоко трогало его, глубоко потрясало, и иногда это имело внешние проявления. Его волосы могли встать дыбом, слезы изливались из глаз или они чувствовали

сильный приступ дрожи. Их опыт был потрясающим, был опытом просветления. Они ощущали потрясающее чувство свободы, избавления, как будто с их спины сняли огромную ношу, или как будто их вдруг отпускали из тюрьмы, как будто они наконец находили дорогу. Вопрошающий, слушающий чувствовал духовное перерождение, чувствовал себя новым человеком.

Затем из глубины своей благодарности такой человек пылко восклицал:

*«Я прихожу к прибежищу в Будде!
Я прихожу к прибежищу в Дхарме!
Я прихожу к прибежищу в Сангхе!»*

Теперь мы видим не только то, откуда берет начало обращение к Прибежищу, но также то, что оно имеет огромное духовное значение. Это реакция из глубины сердца, из глубины всего существа, на столкновение с истиной, столкновение с реальностью. Человек вверяет себя истине, подчиняется истине, хочет посвятить истине всю свою жизнь.

«Обращение к Прибежищу» представляет собой нашу позитивную эмоциональную реакцию – на самом деле, реакцию всего нашего существа – на духовный идеал, открывшийся нашему духовному взору. Как говорит Теннисон, «мы не можем не полюбить Высочайшее, когда видим его». Обращение за Прибежищем подобно этому. Вы увидели «Высочайшее», вам непременно нужно любить его, нужно отдать себя ему, ввериться ему. Это вверение себя «Высочайшему» и есть Обращение за Прибежищем. Человек вверял себя этому, потому что видение, открытое ему Буддой, видение истины, видение существования, было столь величественно, что все, что он мог сделать – полностью отдаться этому видению. Он хотел жить этим видением.

И именно так можно было узнать того, кто является буддистом, таков был критерий: буддистом был тот, для кого обращение к прибежищу было такой реакцией на

Будду и его учение. Буддистом был тот, кто вверял себя, если хотите, отдавал себя Будде, Дхарме и Сангхе. Таков был критерий во времена Будды, две с половиной тысячи лет назад, и он остался тем же сегодня.

Итак, объект прибежища трехчастен. Человек обращается к прибежищу в Будде, Дхарме и Сангхе. Тогда что же обозначают эти три вещи? В общем смысле мы можем понимать это чувство вверения себя «Высочайшему», но что значит обращаться к прибежищу в Будде, Дхарме и Сангхе более конкретно?

Будда

Будда – просветленное человеческое существо. Он не Бог, не Аватар и не посланник Бога. Он – человеческое существо, которое благодаря своим собственным усилиям достигло полноты человеческого совершенства. Он обрел невыразимое состояние, которое мы обозначаем словами Просветление, Нирвана или состояние Будды. Когда мы обращаемся к Прибежищу в Будде, мы обращаемся к Прибежищу в таком смысле. Мы не просто восхищаемся им на расстоянии. Сколь бы ни велика была пропасть между нами и Буддой, эту пропасть можно преодолеть. Мы можем преодолеть ее, следуя по пути, практикуя Дхарму. Мы тоже можем стать Буддой. Мы тоже можем достичь Просветления. В этом – великое послание буддизма. Любой человек без исключения, прилагающий усилия, может стать таким же, каким стал Будда.

Следовательно, когда мы обращаемся к Прибежищу в Будде, мы обращаемся к прибежищу в нем как в живом воплощении духовного идеала, которого мы на самом деле можем достигнуть. Когда мы обращаемся к прибежищу в Будде, мы как будто говорим: «Вот таким я хочу быть. Вот чего я хочу достичь. Я хочу быть просветленным. Я хочу развивать полноту мудрости, полноту сострадания». Обращение к Прибежищу в Будде означает, что мы принимаем Будду, принимаем состояние Будды в качестве нашего личного духовного идеала,

чего-то, чего мы сами способны достичь.

Дхарма

Дхарма – это Дорога или Путь. Это путь того, что я иногда называю высшей эволюцией человека, ступенью чисто духовного развития, выходящего за пределы обычной биологической эволюции. Существует множество определений Дхармы как пути. Мы говорим о Трехчленном Пути этики, медитации и мудрости, а также о пути Шести Совершенств: даяния, нравственности, терпения и терпимости, устремленности, высшего сознания и мудрости – Пути Бодхисаттвы.

Есть много различных определений, но основной принцип пути – тот же. Путь – это, по сути, путь высшей эволюции. Это все, что способствует нашему развитию. Дхарма, или путь, не должен отождествляться с тем или этим конкретным учением. Согласно утверждению самого Будды, Дхарма – это все, что вносит вклад в духовное развитие личности. Когда мы обращаемся к Прибежищу в Дхарме, мы, следовательно,веряем себя всему, что помогает нам развиваться духовно – всему, что помогает нам расти в направлении Просветления, состояния Будды.

Это ясное понимание необходимо, но недостаточно. Обращение к Прибежищу в Дхарме означает, что мы не просто понимаем учение теоретически, но также на деле практикуем Дхарму посредством соблюдения буддийской этики, медитации и взращивания запредельной мудрости.

Сангха

Сангха означает «духовное сообщество». Во-первых, это сообщество всех тех, кто духовно более продвинул, чем мы: великих Бодхисаттв, Архатов, Вошедших в Поток и т.д. В совокупности они образуют Арья-Сангху, или духовное сообщество в высшем смысле. Во-вторых, это сообщество всех буддистов, всех тех, кто обратился к Прибежищу в Будде, Дхарме и Сангхе. Если говорить об

Арья-Сангхе, обращение к Прибежищу в Сангхе означает, что мы открываемся духовному влиянию совершенных существ, которые ее составляют. Это означает обучение у них, получение от них вдохновения, почитание их. В случае с Сангхой в более обычном смысле – сообщества всех буддистов – это означает наслаждение духовной дружбой и помощь друг другу на пути. Иногда вам не нужен высоко продвинутый Бодхисаттва, чтобы помочь вам. Вам просто нужен человек, немного более развитый духовно, чем вы, или просто несколько более чувствительный. Люди слишком часто блуждают в поисках великого гуру, но он им на самом деле не нужен, даже если бы такой человек оказался рядом. То, что им нужно – рука помощи здесь и сейчас, на данном отрезке пути, который они занимают в настоящий момент, и именно обычный друг-буддист может ее протянуть.

Конечно, прибежище в Сангхе в действительности нельзя понять вне контекста Трех Драгоценностей. Те, кто обращаются к прибежищу в Сангхе, непременно обращаются к прибежищу в Будде и Дхарме. Прежде, чем вы действительно обратитесь к Прибежищу в Сангхе, вы и другие люди, образующие Сангху, должны обрести общий духовный идеал. Именно это соединяет их вместе.

Но объединения в некое религиозное братство еще недостаточно для формирования Сангхи. Мы можем согласиться по поводу всех вопросов вероучения и даже обладать одинаковыми медитативными переживаниями, но это не делает нас Сангхой. Сангха заключается в общении – общении на основании духовных идеалов. Если мы находим общение с людьми на работе и вечеринках несколько бессмысленным, это происходит потому, что мы не общаемся на основе духовных идеалов. Мы можем обозначить тот тип общения, которое происходит в Сангхе, как «сущностную взаимную восприимчивость на основе общего идеала и разделяемых всеми принципов». Это общение к

контексте Обращения к Прибежищу – совместное исследование духовного мира в среде людей, между которыми существуют отношения полной честности и гармонии.

Наиболее общепринятый вариант такого общения – между духовным учителем и учеником, но оно не ограничивается этим. Это может также иметь место между теми, кто является просто друзьями, или кальянамитрами – хорошими друзьями в духовном смысле. Обращение к Прибежищу в Сангхе имеет место, когда на основе общей преданности Будде и Дхарме люди вместе исследуют духовное измерение, которое никто из них не в состоянии исследовать самостоятельно.

Примечания

В некоторых разновидностях буддизма, наиболее известная из которых – школа Тхеравада в Юго-Восточной Азии, слово Сангха употребляется исключительно по отношению к монахам и монахиням и не включает тех, кто живет в миру. По мнению Сангхаракшиты, такой подход уделяет слишком много внимания вопросу образа жизни и недостаточно – преданности, которая делает человека буддистом. Поэтому в Буддийской Общине «Триратна» мы используем слово «Сангха», чтобы обозначить всех серьезно практикующих членов буддийского сообщества, независимо от того, живут ли они жизнью монаха, домохозяина или отшельника.

Вопросы для размышления и обсуждения

1. Что означает «быть буддистом» для вас? Можете ли вы соотнести это с преданностью Будде, Дхарме или Сангхе, как это описывает Сангхаракшита?

2. Был ли процесс, приведший вас к буддизму, внезапным или постепенным? Какие шаги он включал?

3. В чем «обращаются к прибежищу» ваши друзья, не являющиеся буддистами? В чем вы сами «обращаетесь к прибежищу», кроме Трех Драгоценностей?

4. С какой из Трех Драгоценностей вы чувствуете самую сильную связь?

5. Как вы «перенаправили и реорганизовали свою жизнь», став буддистом? Если ли некоторые аспекты, в которых вы бы хотели перенаправить свою жизнь, но еще не осуществили своего намерения?

Будда – цель буддизма

Введение

Первое из буддийских прибежищ – в самом Будде. В следующих четырех частях этого курса мы рассмотрим фигуру Будды и исследуем, что может означать обращение к Прибежищу в Будде, пытаясь прорваться через странные и, возможно, чуждые нам слова к опыту, на который они указывают.

Важность Будды не в том, кем он был, а в том, что он из себя представлял. «Будда» – не имя, это титул, означающий «тот, кто пробужден». Значение Будды для буддистов проистекает из того факта, что он пробудился: он достиг состояния, которое мы называем Просветлением. Будда – тот, кто пробудился от подобного сновидению состояния, в котором мы существуем, к истинному опыту реальности.

В следующем тексте Сангхаракшита объясняет некоторые моменты значения слова «Просветление», рассказывая нам, в чем заключалась важность Будды. По мере объяснения он проясняет некоторые частые заблуждения по поводу природы Будды и его места в буддизме. Он также, возможно, дает нам ключ к тому, как «обращение к Прибежищу» в Будде может стать лекарством от лежащей в основе нашего бытия дуккхи (страдания или неудовлетворенности), потому что это означает вверение себя осознанию нашего собственного духовного потенциала, что является единственным путем к истинному счастью.

Идеал человеческого просветления

(Сокращенный текст «Идеала человеческого просветления» Сангхаракшиты).

Даже те люди, которые совсем ничего не знают об учениях буддизма, по крайней мере, видели изображение Будды. Что изображено на этих картинах? Человек в

расцвете жизни, хорошо сложенный, приятной внешности. Он сидит со скрещенными ногами под деревом. Его глаза наполовину закрыты, на губах – улыбка. Фигура производит впечатление крепости, устойчивости и силы. Она производит впечатление абсолютного покоя, абсолютного самообладания. Но что привлекает нас больше всего, это его лицо, потому что оно выражает нечто, что трудно определить словами. Когда мы смотрим на него, возможно, даже концентрируемся на нем, мы видим, что это лицо живое, оно *сияет*, и в этом свете мы видим отражение неизмеримого знания, безграничного сострадания и неопикуемой радости.

Вот такова фигура, образ Будды, Просветленного. Обычно он представляет собой исторического Будду Гаутаму, «основателя» буддизма, великого индийского учителя, который жил приблизительно за пять столетий до Христа. Но этот образ также обладает значимостью в более широком смысле. Он представляет собой *идеал человеческого Просветления*.

Просветление человека – центральная тема буддизма. Это именно то, в чем в своей основе заинтересован буддизм – как в теории, так и на практике. На самом деле, это то, в чем в основном заинтересован и сам буддист. Следовательно, в этой лекции мы попытаемся понять, что подразумевается под Просветлением в целом и в частности, что подразумевается под «человеческим Просветлением». Так появляются три вопроса:

1. *«Что такое Просветление, или состояние Будды?»*
2. *«Откуда мы знаем, что это состояние, которое мы называем Просветлением, идеал для человека?»*
3. *«Где берет начало этот идеал просветления? Из какого источника он истекает?»*

Что такое Просветление?

Буддийская традиция утверждает, что Просветление заключает в себе главным образом три вещи. Прежде

всего, о Просветлении говорится как о состоянии чистой, ясной, всегда сияющей осознанности. Некоторые школы заходят так далеко, что говорят, что в этом состоянии осознанности больше не переживается двойственность субъекта и объекта. Нет ни ничего «внешнего там», ни «внутреннего здесь». Это различие, субъектно-объектное различие, как мы обычно его называем, полностью преодолевается. Есть только одна непрерывная, чистая, ясная осознанность, распространяющаяся во всех направлениях, чистая и однородная. Более того, это осознание вещей *как они есть на самом деле*, что означает, конечно, не вещи в смысле объектов, но вещи в преодолении двойственности субъекта и объекта. Поэтому об этой чистой, ясной осознанности также говорится как об осознании реальности, и, следовательно, это также состояние знания.

Это знание – не знание в обычном смысле, не знание, которое функционирует в рамках двойственности субъекта и объекта, но скорее состояние прямого, непосредственного духовного видения, которое видит все вещи прямо, ясно, отчетливо и истинно. Это духовное видение, даже Запредельное видение, свободное от всех омрачений, всех неверных представлений, всего неправильного, искривленного мышления, всей неопределенности, всего непонятного, всей умственной обусловленности, всех предрассудков. Таким образом, прежде всего Просветление – это такое состояние чистой, ясной осознанности, это состояние знания или видения.

Во-вторых, о Просветлении говорится как о состоянии сильной, глубокой, бьющей через край любви и сострадания. Иногда эта любовь сравнивается с любовью матери к единственному ребенку. Это сравнение появляется, например, в очень известном буддийском тексте под названием «*Мета-сутта*», «*Рассказ о любящей доброте*». В этом повествовании Будда говорит:

«Как мать защищает своего единственного сына даже ценой собственной жизни, так следует развивать ум, исполненный всеохватывающей любви ко всем живым существам».

Такое чувство, такое отношение мы должны возвращать. Вы видите, что Будда говорит не только обо всех человеческих существах, но обо всех живых существах: всем, что обладает чувствами. Вот такое чувство испытывает просветленный ум. И эта любовь и сострадание заключаются в сердечном желании, глубоко, жгучем желании их благополучия и счастья – желании, чтобы все живые существа освободились от страданий, от всех затруднений, чтобы они могли расти и развиваться и в конце концов обрели Просветление. Такие любовь и сострадание – бесконечные, бьющие через край, безграничные, направленные на всех живых существ – это также часть Просветления.

В-третьих, Просветление заключается в состоянии или переживании неистощимой умственной и духовной энергии. Энергия – это качество состояния Просветления. Состояние Просветления – состояние огромной энергии, абсолютной спонтанности, постоянно бьющей ключом, состояние непрерывной творческой активности. Состояние Просветления – состояние совершенной, безусловной свободы от любых субъективных ограничений.

Вот так обычно описывается Просветление. Но, конечно, Просветление на самом деле нельзя передать словами или разделить на части. Что происходит на самом деле, так это то, что знание переходит в любовь и сострадание, любовь и сострадание – в энергию, энергия – в знание и т.д. В действительности мы не можем отделить один аспект от других. Тем не менее, мы традиционно даем этот «расписанный» вариант Просветления, чтобы передать некий намек на опыт, дать некоторое представление или чувство, на что это походит.

Если мы хотим получить об этом более полное представление, тогда нам нужно, возможно, прочесть какой-нибудь более расширенный, поэтический рассказ, предпочтительно из буддийских писаний, или нам придется заняться практикой медитации и попытаться получить по крайней мере проблеск состояния Просветления в медитации. Итак, когда в буддизме говорят о Просветлении, состоянии Будды или нирване, вот что это означает: это означает состояние высшего знания, любви и сострадания, и энергии.

***Откуда нам известно, что это состояние
Просветления – идеал для человека?***

Прежде, чем попытаться ответить на этот вопрос, нам придется определить различие между двумя видами идеала – «естественными идеалами» и «искусственными идеалами». Естественный идеал – это идеал, который принимает во внимание природу вещи или человека, для которых он является идеалом. Искусственный идеал, напротив, не делает этого. Искусственный идеал навязывается извне, в искусственной манере.

Используя это различие, мы можем сказать, что Просветление – не искусственный идеал. Это не что-то, навязанное человеческим существам извне, что-то, что не принадлежит нашей природе или не согласуется с ней. Просветление – естественный идеал для человека, или даже просто естественный идеал. В нем нет ничего искусственного, ничего произвольного. Это идеал, который соответствует нашей природе и нашим потребностям.

Мы узнаем об этом двумя способами. Я уже говорил о природе Просветления, и это, очевидно, казалось вам чем-то очень редким, далеким от нашего опыта. Но качества, которые составляют Просветление, на самом деле уже присутствуют в человеке в зародышевой форме. Они не являются чем-то совершенно чуждым для нас. В каком-то смысле они естественны для человеческих существ. В каждом мужчине, в каждой женщине есть

некое знание, *некое* переживание реальности, каким бы слабым и далеким оно ни было, *некоторое* чувство любви и сострадания, какими бы ограниченными и выборочными они ни были, и *некая* энергия, какой бы грубой и неочищенной, обусловленной и принужденной она ни была. Все эти качества в некоторой степени уже здесь.

Но в состоянии Просветления эти качества полностью и в совершенстве развиты, до такой степени, которую мы с трудом в состоянии вообразить. Именно поэтому, поскольку качества знания, любви и энергии уже присутствуют внутри нас, в какой бы зародышевой форме они ни находились, мы естественным образом близки к Просветлению и можем откликнуться на идеал Просветления, когда встречаемся с ним. Таким образом, даже когда кто-то говорит в терминах абсолютного знания, видения реальности, или в терминах безграничной, беспредельной любви и сострадания ко всем живым существам, это не нечто совершенно чуждое нам, это не просто многочисленные слова. Мы *можем* что-то почувствовать. И именно потому, что зародыш, семя уже здесь, в нашем переживании, мы можем откликнуться на идеал Просветления, где бы и когда мы с ним не встретились, даже если мы встречаемся с ним в относительно слабой, ограниченной или искаженной форме.

Мы также знаем, что Просветление – естественный идеал для человеческих существ, поскольку в нашей постоянной гонке нас в действительности не удовлетворяет ничто другое. Мы можем испытать все виды удовольствий, достичь чего угодно, но рано или поздно мы все же почувствуем, что что-то внутри нас не удовлетворено. Это то, что в буддизме называют дуккхой – неудовлетворенностью или даже страданием.

Традиционно говорится о трех формах дуккхи. Первую мы называем просто страданием страдания. Очевидно, что мы страдаем, если порезали палец, если кто-то огорчает или разочаровывает нас, например. Это

вид страдания, которое просто является страданием. Затем есть то, что называют «страданием перемен». У нас есть что-то, мы наслаждаемся этим, мы получаем от этого большое удовольствие, но по самой своей природе это не может длиться долго. И поскольку мы наслаждались этим и привязались к нему, появляется страдание. Это страдание, которое появляется в результате измерения, течения времени. Далее, есть «страдание самого обусловленного существования»: в конечном счете страдание от всего, что не является Просветлением. Даже если мы обретаем вещи, даже если мы владеем и наслаждаемся ими, в нашем сердце все еще есть уголок, где есть неудовлетворенность, которой хочется что-то еще, дальше и больше. И это «что-то» мы называем Просветлением.

Итак, и по этой причине мы также знаем, что Просветление – естественный идеал для человека, потому что его в конечном счете не удовлетворяет ничто иное. Персонифицируя идеал Просветления и заимствуя богословский язык Св. Августина, мы можем сказать: «Ты создал нас для себя, и наши сердца не успокоятся, пока не обретут покой в тебе».

Откуда берет начало идеал Просветления?

Идеал берет начало в самой человеческой жизни, в человеческой истории. Он не может произойти откуда-то еще. Идеал для человека, можно сказать, может иметь источником только человеческое существо. И если мы оглянемся на историю, мы увидим различных людей, которые действительно достигли Просветления, преодолели пропасть между реальностью и идеалом. Если мы оглянемся на историю, мы увидим людей, которые являются живым воплощением этого идеала.

В частности, мы увидим фигуру юного индийского аристократа, который около 2500 лет назад обрел Просветление, или, как говорят буддийские писания, Бодхи, что означает «знание» или «пробуждение». Он был тем, кто после достижения этого состояния

Просветления стал у истоков великого духовного переворота, великой духовной традиции, которую мы теперь называем буддизмом.

Заблуждения

Здесь мне хотелось бы прояснить определенные заблуждения по отношению к Будде. В начале я сказал, что даже человек, не являющийся буддистом, по крайней мере видел изображение или картину Будды и, возможно, знаком с ними довольно близко. Однако, хотя, может быть, он и видел его много раз, у него может не быть четкого представления о том, что это изображение символизирует; он может не знать, кем или чем является Будда.

В действительности у многих людей существуют довольно серьезные заблуждения относительно него. В частности, есть два главных заблуждения: во-первых, что Будда был обычным человеком, во-вторых, что Будда был Богом. Оба эти заблуждения являются результатом мышления, сознательного или бессознательного, в теистических терминах, то есть в терминах персонифицированного Бога, который создал вселенную и управляет ею своим провидением.

Для ортодоксального христианства Бог и человек – это полностью различные существа. Бог – создатель. Человек – создание. Человек никогда не сможет стать Богом: такая идея была бы лишена смысла. Следовательно, ортодоксальные христиане, встречаясь с личностью Будды, классифицируют его как обычного человека, по сути такого же, как любой другой, даже как грешного человека, хотя, возможно, и лучше, чем большинство людей.

Второе заблуждение возникает из первого. Вы часто можете прочитать в книгах, даже теперь, что после смерти Будды последователи обожествили его или сделали из него Бога. Об этом свидетельствует, говорят нам, тот факт, что буддисты *поклоняются* Будде, а поклонение, несомненно, причитается лишь Богу. Если

вы поклоняетесь кому-то или чему-то, христианин неизбежно подумает, что мы относимся к чему-то или к кому-то как к Богу.

Теперь оба эти противоречия можно прояснить довольно легко. Все, что нам нужно сделать, – освободиться от обусловленности христианством, которое влияет, по крайней мере, бессознательно, даже на тех, кто больше не считает себя христианами. Нам нужно прекратить попытки думать о Будде в терминах, которые на самом деле не являются буддийскими.

Новая категория

Так кем или чем был Будда? Как о нем думают *буддисты*? Как он думал о себе? Прежде всего, Будда был человеком, человеческим существом. Но он не был обычным человеком. Он был *Просветленным* человеком: человеком, который был живым воплощением совершенного знания, безграничной любви и сострадания и неистощимой энергии. Но он не *родился* выдающимся. Он *стал* выдающимся в результате своих собственных человеческих усилий сделать действительным то, что было в нем в качестве потенциала. Поэтому буддизм различает две большие категории: категорию обычного человека и категорию Просветленного человека.

Хотя пропасть между ними не столь ощутима, как пропасть между Богом и человеком в христианстве, расстояние между ними очень велико, и требуются огромные усилия, чтобы преодолеть эту бездну. На самом деле многие буддисты верят, что эти усилия должны прикладываться на протяжении многих жизней, будь то на земле или в высших сферах. По этой причине считается, что Просветленный человек составляет независимую категорию существования. Просветленный считается высочайшим существом во вселенной, даже высшим, нежели боги. По этой причине Просветленному поклоняются. Ему поклоняются в благодарность за то, что он стал примером, показав путь, показав нам, чем мы

тоже способны стать. Другими словами, Будде поклоняются не как Богу, но как учителю, давшему пример, как проводнику.

В связи с этим к Будде Гаутаме часто обращаются как к «старшему брату мира» или «старшему брату человечества», потому что Он первым обрел духовное рождение, а мы обретаем его вслед за ним. Иногда Будду сравнивают с первым цыпленком, появившимся в выводке. Этот первый цыпленок начинает стучать в скорлупу других яиц своим клювиком, помогая другим цыплятам появиться на свет. И поэтому, говорят нам, Будда похож на этого первого цыпленка. Он первый, кто вылупился из скорлупы неведения, скорлупы духовной тьмы и слепоты, и затем он стучит в нашу скорлупу, он пробуждает нас своим Учением, Он помогает нам *появиться на свет*.

Исходя из этого, можно увидеть, что буддийская концепция о Просветленном представляет собой категорию, для которой нет эквивалента в западной религиозной традиции. Он ни Бог, ни человек в христианском смысле. Он даже не человек-без-Бога, человек, предоставленный самому себе в отсутствие Бога. Он что-то среднее, что-то выше. Возможно, лучше думать о Просветленном в терминах эволюции. Человек – животное, но в то же самое время нечто бесконечно большее, нежели животное. Подобно этому, Будда – человек, но он не обычный человек. Он Просветленный. Он также представляет собой новую категорию существования: человеческое существо, но в то же самое время бесконечно большее, чем человеческое существо: *Просветленное* человеческое существо, *Будду*.

Выводы

Давайте, как мы уже начали, сделаем выводы относительно личности Будды Гаутамы. Он сидит под деревом бодхи, несколько недель спустя после его великого пробуждения. Согласно одному из старейших повествований, в это время он охватил весь мир, все

человечество своим духовным видением, или тем, что называется его божественным оком.

И, смотря так, он увидел человечество как большой пруд, полный лотосовых цветов. Он увидел, что некоторые цветы глубоко увязли в грязи, в то время как другие наполовину поднялись из воды. Некоторые стояли над поверхностью воды, совершенно чистые. Другими словами, он увидел всех человеческих существ на различных ступенях их развития. И именно так буддизм с тех пор рассматривает человечество: как клумбу растений, которые могут дать побеги, как побеги, которые могут дать почки, как почки, которые могут распуститься цветами, лотосовыми цветами, даже лотосом с тысячей лепестков.

Но для того, чтобы расти, для того, чтобы развиваться, человеческие существа должны иметь что-то, *во что* они вырастут. Они не могут расти бессознательно, как растения, они должны расти сознательно. На самом деле, для человеческих существ рост *означает* рост сознания, рост в осознанности. Вот почему человеку нужен идеал для себя как для человеческого существа. Более того, это должен быть идеал не искусственный, но естественный, не навязанный ему извне, но внутренне присущий его собственной природе, глубине его собственного существа: идеал, который на самом деле представляет собой завершенность его природы в глубочайшем из возможных смыслов. Именно об этом идеале, идеале человеческого Просветления, я пытался вам рассказать.

Вопросы для размышления и обсуждения

1. Какие чувства вызывает у вас традиционное изображение Будды?

2. Сангхаракшита описывает Просветление как состояние ясной осознанности, бесконечной любви и безграничной энергии, а также как «совершенной, неограниченной свободы от всех субъективных ограничений».

а) Какой из этих аспектов состояния Будды вызывает у вас самый сильный отклик?

б) Есть ли какие-то другие качества, которые вы считаете частью «естественного» идеала для человеческих существ?

3. Сангхаракшита говорит, что какие бы «мирские» удовольствия мы ни испытывали, пока мы не реализуем наш духовный потенциал, «в нашем сердце все еще есть уголок, где есть неудовлетворенность, которой хочется что-то еще, дальше и больше».

а) Соответствует ли это вашему опыту?

б) Если это так, проливает ли это свет на то, как Будда может являться прибежищем от *дуккхи* (неудовлетворенности или страдания)?

4. Говорится, что Будда представляет собой новую категорию существ: нечто большее, чем человек, точно так же, как человек – нечто большее, чем животное.

а) Чувствуете ли вы связь с этой идеей?

б) Предпочитаете ли вы считать Будду более или менее обычным существом? Или, напротив, предпочитаете считать его богом?

5. Вы верите, что можете стать Просветленным? Насколько величественным вы, по вашему представлению, можете стать?

Будда – основатель и его поиски

Введение

Для буддистов личность Будды представляет собой, в первую очередь, идеал Просветления, пробужденного состояния, которое является целью духовной жизни. Но Будда – это не просто статический образ. Он также является центром истории, которая рассказывает нам многое о духовных поисках. Традиционная биография Будды полна событий, исполненных глубокого символического значения. Некоторые могут быть точными с точки зрения истории. Другие могут быть мифологией. Но это вряд ли имеет значение. Определенно то, что традиционная история оживляет ряд фундаментальных истин с конкретностью и очевидностью. Нам нужно оценить по достоинству жизнеописание Будды, чтобы понять, что означает личность Будды для буддийской традиции.

В следующих двух частях этого курса мы рассмотрим историю Будды, обозначая многие из наиболее важных эпизодов, имеющих символический смысл. В следующем тексте Сангхаракшита дает общий обзор жизни Будды и подчеркивает значение двух эпизодов, имеющих для нас особенное символическое значение – Четыре Знака и Уход.

Кто такой Будда?

(Отредактированный отрывок из «Кто такой Будда?» Сангхаракшиты).

«Тот, кто пробудился»

Традиция, которую на Западе называют буддизмом, возникла на основе переживания Буддой опыта Просветления под деревом бодхи 2500 лет назад. Таким образом буддизм начинается именно с Будды. Но сразу же возникает вопрос: «Кем был Будда?» Даже для тех, кто считает себя буддистами со стажем, полезно

поразмышлять над этим вопросом.

Первое, что нам нужно прояснить, – что слово «Будда» не собственное имя, а титул. Оно означает тот, «кто Знает, тот, кто Понимает». Оно также значит тот, кто Пробужден – тот, кто пробудился, как это было, от сна жизни, потому что видит Истину, видит Реальность.

Ранние годы

Этот титул впервые был использован по отношению к человеку, чье личное имя было Сиддхартха, имя его рода или семьи было Гаутама, а жил он в шестом столетии до н.э. в местности, которая частично находится в южном Непале, частично в северной Индии. К счастью, мы знаем довольно много о его молодости. Мы знаем, что он происходил из богатой, даже аристократической семьи. В традиции иногда утверждается, что его отец был царем племени или клана Шакья. Но кажется более вероятным, что он был не столько царем, сколько избранным руководителем собрания клана, несущим службу в течение двенадцати лет с титулом Раджи, и что во время этого периода у него родился сын Сиддхартха, который позднее стал Буддой.

Сиддхартха, согласно обычаям того времени, получил очень хорошее образование. Конечно, он не ходил в школу, и не ясно, умел ли он читать и писать, но мы знаем, что он получил превосходную подготовку во всех видах военных искусств и упражнений. Из уст старейшин он также усвоил различные древние традиции, генеалогические списки, верования и суеверия. Его жизнь была полна комфорта и лишена определенных обязанностей. Его отец, любящий его до безумия, женил его, когда он был довольно молод – некоторые источники говорят, что ему было только шестнадцать – и в свой срок у него родился сын.

Четыре знака

В традиционных рассказах говорится, что, несмотря на жизнь в богатстве, Сиддхартха Гаутама испытывал

глубокую неудовлетворенность. Легенды говорят о своего рода духовном кризисе, поворотной точке, когда юный аристократ увидел то, что называется «четырьмя знаками». Эти четыре знака выражают в кристально четкой и яркой форме фундаментальные учения буддизма и проливают свет на раннее духовное развитие самого Будды.

Легенда рассказывает, что в одно красивое, яркое утро Сиддхартхе захотелось выехать на прогулку на своей колеснице, поэтому он позвал возничего, подстегнул лошадей и отправился в путь. Они ехали по городу, и внезапно Сиддхартха увидел первый знак: он увидел старика. Согласно легенде, он никогда до этого не видел стариков. Если понимать рассказ буквально, это означает, что до этого он был заперт в своем дворце и не очень-то замечал других людей, не осознавал, что есть такая вещь, как старость. Но можно посмотреть на это по-другому. Иногда мы видим что-то как будто в первый раз. Мы видели это сотни, даже тысячи раз, но однажды мы видим это так, как будто не видели никогда прежде. Возможно, что-то вроде этого случилось и с Сиддхартхой, и это повергло его в шок. Он сказал возничему: «Кто это, скажи мне ради всего святого?» И возничий ответил: «Это старик». «Почему он так слаб, так согбен?» «Ну, он просто стар». И Сиддхартха спросил: «Но как он стал таким?» «Рано или поздно все стареют. Это естественно. Так случается». «Со мной это тоже случится?» «Да, хотя ты столь молод, это неизбежно случится и с тобой. Однажды ты тоже станешь стариком». Эти слова возничего прозвучали для будущего Будды как удар грома, и он воскликнул: «Какой прок в этой юности, какая польза от жизненной силы и мощи, если все заканчивается так!» И он вернулся в свой прекрасный дворец, полный тоски.

Второй знак был видением болезни. Он как будто никогда раньше не видел больного, и он осознал, что все человеческие существа подвержены различным недугам. Ему пришлось встретиться лицом к лицу с тем, что, как

бы силен и здоров он ни был, в любой момент его может сразить болезнь.

Третий знак – труп, который несли на носилках на площадку для кремации. Он спросил возникшего: «Что это, скажи мне?» Возникший ответил: «Это просто мертвое тело». И Сиддхартха сказал: «Мертвое? Что с ним случилось?» «Что же, как ты можешь видеть, оно окоченело, оно недвижимо. Он не дышит, не видит, не слышит. Он мертв». Сиддхартха онемел от изумления и сказал: «Она приходит ко всем, эта смерть?» И возникший протяжно вздохнул и сказал: «Боюсь, что да». Так Сиддхартха осознал, что с ним это тоже однажды случится. Это открытие было очень сильным, как гром посреди ясного неба. Он увидел, как все устроено. Ты не хочешь стареть, но ничего не можешь поделать с этим. Ты не хочешь заболеть, но и этому ты не можешь воспрепятствовать. Поэтому ты начинаешь задавать себе вопрос: «Как я оказался здесь? Вот он я, со своей жадной жизни и ее продолжения, но я должен умереть. Почему? Какой смысл во всем этом? Почему я создан таким? Ответственен ли за это Бог? Судьба, рок? Или это просто случается? Есть ли этому какое-то объяснение?»

Так Сиддхартха прошел через эти экзистенциальные ситуации и начал очень глубоко размышлять о них. Затем он увидел четвертый знак, святого, идущего по улице с чашей для подаяния. Он казался таким спокойным, таким тихим, таким безмятежным, что будущий Будда подумал: «Может быть, он знает. Может, это и есть путь. Может быть, мне стоит поступить так же – оборвать все путы, все мирские связи и идти дальше бездомным странником, как этот человек. Может быть, так я найду ответ на вопросы, которые изводят меня.

Уход

История продолжается рассказом о том, как однажды ночью, когда кругом было тихо и в небе сияла полная луна, Сиддхартха попрощался со спящей женой и ребенком. Он не испытывал счастья, покидая их, но ему

нужно было идти. Он проехал много миль той ночью, пока не достиг реки, которая отмечала границу территории Шакья. Здесь он оставил лошадь, снял одеяния принца, остриг свои длинные волосы и бороду и стал бездомным скитальцем в поисках истины.

Этот «уход» очень значим с точки зрения психологии. Это не означало просто стать монахом. Это нечто гораздо большее. Это означало отсечь все связи с родными и отечеством и стать свободным человеком, чтобы работать над своим собственным спасением, своей собственной духовной судьбой.

Вот что сделал Сиддхартха. Он отказался от всего этого. Он ушел от общества. Он достаточно пожил мирской жизнью и теперь собирался найти истину, попытаться самому увидеть истину. Поискам суждено было продлиться шесть лет.

Аскетизм

В те времена в Индии было множество людей, которые провозглашали, что обучают способам, ведущим к открытию истины. Одним из наиболее популярных способов было самоистязание. Сегодня в нашей стране мы в действительности не можем воспринимать такие вещи всерьез. Но в Индии такие практики очень распространены, и даже сейчас многие индийцы твердо верят, что самоистязание – путь на небеса, или даже путь к Просветлению.

Так это было и при жизни Будды. Движение такого рода было сильно, движение, которое учило, что, если кто-то хочет обрести истину, ему следует подчинить, даже умертвить плоть. И именно этим занимался Сиддхартха. Шесть лет он практиковал строжайший аскетизм. Он ограничил пищу и сон, он не мылся и ходил обнаженным. Как говорится в одном из рассказов, слава о его строгости распространилась, «как звук огромного барабана, подвешенного на небесном своде». Никто в Индии, как он впоследствии утверждал, не превосходил его в самоистязании и умерщвлении плоти. Но он также

сказал, что это ни к чему его не привело. Он стал известен как великий аскет, и у него было несколько учеников. Но когда он осознал, что это не было путем к Просветлению, ему хватило смелости отказаться от этого.

Медитация и Пробуждение

Он снова начал есть, и его ученики с отвращением покинули его. И это также имеет важное значение. Он уже покинул семью, покинул своих друзей, покинул свое племя, а в конце концов даже его ученики бросили его. Его оставили совершенно одного, и он находился в одиночестве. Он бродил с места на место и в конце концов пришел на красивую поляну на берегу свежей быстрой реки. Там он сел в тени огромного дерева и принял решение: «Я не встану с этого места, пока не достигну Просветления».

Так он сидел там день за днем, ночь за ночью. Сидя, он контролировал и сосредоточил свой ум, очистил свой ум, преодолел препятствия в уме, омрачения, и ночью в майское полнолуние, в то самое время, когда поднималась утренняя звезда, как только он сосредоточил ум на звезде, сияющей около линии горизонта, возникло полное Озарение, полное Просветление.

Очевидно, что описать это состояние очень трудно. Мы можем сказать, что это изобилие Мудрости. Мы можем сказать, что это полнота Сострадания. Мы можем сказать, что это видение Истины лицом к лицу. Но это просто слова, и они передают немного. Поэтому давайте просто скажем, что в этот миг забрезжил рассвет, и Сиддхартха Гаутама стал Буддой.

Учение

В каком-то смысле это был конец его поисков. Он стал Буддой, «тем, кто знает». Он нашел решение загадки существования. Он был Просветлен, он достиг Пробуждения. Но в каком-то смысле это было только

начало его миссии. Решив поведать человечеству Истину, которую он обнаружил, он покинул место, которое мы теперь называем Бодхгайей, и отправился пешком в Сарнатх, около ста миль оттуда, собрав учеников, которые покинули его, когда он отказался от строгости, и поведав им о своем великом открытии. Он дал первую проповедь, или сутту, своим бывшим последователям.

Постепенно вокруг Будды выросло духовное сообщество. Он не оставался постоянно на одном месте, но путешествовал по всей северо-восточной Индии. Его жизнь была долгой: он достиг Просветления в возрасте 35 лет и прожил до восьмидесяти. Таким образом, сорок пять лет он вел активную жизнь, распространяя свое учение. Вероятнее всего, стиль его жизни был таков: девять месяцев в году он бродил с места на место, проповедуя, а затем на три месяца находил укрытие от муссонных ливней. Когда бы он ни приходил в деревню, если это было время для его единственного приема пищи в день, он обычно доставал свою чашу для подаяний и становился молча у дверей хижины, одной за другой. Собрав необходимое количество пищи, он удалялся в манговую рощу, которую даже теперь можно найти на окраине любой индийской деревни, и садился под деревом.

Когда он заканчивал есть, деревенские жители обычно собирались вокруг него, а он учил их. Иногда приходили брамины, иногда зажиточные землевладельцы, иногда крестьяне, иногда торговцы, иногда чистильщики, иногда проститутки. Будда давал учение всем. Иногда в больших городах он учил царей и принцев. Так у него появилось множество последователей, и в свое время он стал величайшим и знаменитейшим из всех духовных учителей Индии. И когда он умер, его уход оплакивали тысячи, даже десятки тысяч учеников, монахов и мирян, мужчин и женщин.

Вот такова, в общих чертах, традиционная биография Сиддхартхи Гаутамы, индийского принца, ставшего Буддой. Но отвечает ли она в действительности на

вопрос: «Кем был Будда?» Этот вопрос, в наиболее глубоком смысле, задавался с самого зарождения буддизма. На самом деле, это вопрос, который был задан самому Будде, очевидно, вскоре после его Просветления.

Кто ты?

Путешествуя по высокогорной дороге, Будда встретил человека по имени Дона. Дона был брамином и преуспел в искусстве телесных знаков. Увидев на следах Будды отпечаток колеса с тысячью спиц, он следовал за ним, пока в конце концов не нашел его сидящим под деревом. Все его существо излучало свет. Говорится, что свет как будто исходил от его лица: он был счастлив, безмятежен, радостен. Его внешность произвела на Дону сильное впечатление, и, вероятно, он почувствовал, что это не было обычное человеческое существо, возможно вовсе не человек. Он перешел прямо к делу и спросил: «Кто ты?»

В те древние времена индийцы верили, что вселенная разделена на разные уровни существования, что есть не только люди и животные, как верим мы, но боги, духи, якши и гандахрвы, различные виды мифологических существ, населяющих многоэтажную вселенную, среди которых человеческий уровень – лишь один из этажей. Поэтому Дона спросил: «Ты якша?» (якша – довольно ужасающий дух огромных размеров, живущий в лесу). Но Будда сказал: «Нет». Поэтому Дона сделал вторую попытку: «Ты гандхарва?» (своего рода небесный музыкант, прекрасная поющая фигура, напоминающая ангела). Будда снова сказал: «Нет», – и Дона спросил еще раз: «Тогда, может, ты дева?» (бог, божественное существо, вроде архангела). «Нет». Тогда Дона подумал: «Странно, тогда он должен быть человеком». Он спросил его и об этом, и Будда ответил: «Нет». Теперь Дона был совершенно сбит с толку, поэтому он потребовал: «Если ты ни один из них, тогда кто ты?» Будда ответил: «Те состояния обусловленности ума, по которым меня можно было описать как якшу или гандхарву, как деву, как

человеческое существо, вся эта обусловленность была мной разрушена. Поэтому я Будда».

Слово для обусловленности ума – санскара, что означает все виды обусловленного поведения ума. Именно это обусловленное поведение ума, загрязнения или кармические образования, как их иногда называют, согласно буддизму и в целом индийским верованиям определяют природу нашего перерождения. Будда освободился от всего этого, и поэтому у него не осталось никаких причин для того, чтобы переродиться как якша, гандхарва, или божество, или даже как человеческое существо, и даже здесь и сейчас он на самом деле не был ни одним из этих существ. Он достиг состояния необусловленного сознания, хотя его тело могло казаться телом человека. Поэтому его назвали Буддой, существующим как Будда, как если бы это было воплощение или персонификация необусловленного ума.

Потенциально Вы Будда!

Мы увидели, что «Будда» означает «необусловленный ум», или «просветленный ум». Знание Будды, следовательно, означает знание ума в его необусловленном состоянии. Поэтому, если на этой ступени нас спросят: «Кто такой Будда?» – мы можем лишь ответить: «Вы сами Будда – потенциально». Мы можем действительно и истинно познать Будду только в процесс воплощения в действительность нашего собственного потенциала состояния Будды. Только тогда мы сможем сказать, исходя из нашего знания, нашего опыта, кто такой Будда.

Обращение к Прибежищу

Мы не можем сделать это сразу. Нам придется, прежде всего, установить живой контакт с буддизмом. Мы должны прийти к точке, которая лежит дальше, чем просто фактическое знание о Будде Гаутаме, но все еще немного не доходит до знания необусловленного ума, истинного знания Будды. Нечто, что находится между

этими двумя точками, и есть то, что мы называем Обращением к Прибежищу в Будде. Это означает принятие идеала Просветления в качестве нашей конечной цели и попытки сделать все возможное, чтобы реализовать его. Другими словами, только обращаясь к Прибежищу в Будде в традиционном смысле, мы можем действительно узнать, кем был Будда. Это одна из причин, по которой я всегда обращал такое большое внимание на обращение к Прибежищу, не только на обращение к Прибежищу в Будде, но также в Дхарме и Сангхе.

Подводя итоги, можно сказать, что, только обращаясь к Прибежищу в Будде и принимая все, что этим подразумевается, мы действительно можем точно ответить на вопрос: «Кто такой Будда?» сердцем и умом, исходя из всей нашей духовной жизни.

Вопросы для размышления и обсуждения

1. В юности будущий Будда вел жизнь, полную комфорта и процветания, но он не нашел в этом удовлетворения и смысла. Что это может сказать нам о подходе к счастью, который предлагает нам общество потребления? Видите ли вы какие-то параллели со своим собственным опытом?

2. Первые три из «четырёх знаков» были опытом, которые поставили будущего Будду лицом к лицу перед неприятными аспектами реальности и заставили его осознать, что обычный подход к жизни основывается на иллюзии. Четвёртый знак показал ему, что есть иной способ жизни, который обещал более глубокое чувство удовлетворения. Каковы были ваши эквиваленты четырёх знакам? Какие переживания привели вас сюда, к изучению Дхармы?

3. Гаутама почувствовал необходимость полностью оставить свою старую жизнь и совершить «уход». Почему отсечение себя от знакомых людей, мест и ролей – по крайней мере, на время – оказывает благоприятный эффект на нашу духовную жизнь? Проливает ли это свет на то, почему полезны ретриты? Есть ли в вашей жизни какие-то аспекты, из-за которых вы продолжаете держаться за устаревшую версию себя?

4. После своего Просветления Будда не подходил ни под одну из категорий существ, с которыми были знакомы люди. Если говорить о более низком уровне, можем ли мы рассматривать освобождение от описаний, которые мы используем для определения себя, как аспект нашей духовной жизни? Как вы определяете себя: возрастом, полом, национальностью, социальным положением, образованием, политическими пристрастиями и т.д.? К каким из этих описаний вы частично привязаны?

5. Что могут означать слова о том, что Будда был «необусловленным умом»?

Мифический Будда

Введение

Для буддистов на Востоке жизнеописание Будды – намного больше, чем просто исторический рассказ: это поэтический миф, исполненный глубоких значений, который находит отклик в глубинах ума. В следующем тексте Сангхаракшита рассматривает ряд этих мифических элементов в истории Будды, показывая некоторые аспекты их значимости и в процессе этого доказывая, что, с духовной точки зрения, поэтическая истина точно так же важна, как историческая истина – или, возможно, даже важнее.

Чтобы почувствовать влияние мифических и поэтических элементов в истории Будды, нам нужно открыться им в нашем воображении, а не просто использовать наш рациональный, критический ум. Для этого нужно время, поэтому было бы крайне полезно прочитать текст до занятия в группе, а затем пройти один за другим вопросы и предложения, данные в конце. В особенности может быть полезно рассмотреть, как представлены случаи, описанные в тексте, в буддийском искусстве, и принести любое найденное изображение в группу изучения.

Символика архетипов в жизнеописании Будды

*(Сокращенный текст «Буддизм: основы пути»
Сангхаракшиты).*

Язык глубин

Если мы заглянем за рациональную, концептуальную поверхность человеческого ума, мы обнаружим обширные, бездонные глубины, которые составляют то, что мы называем бессознательным. Душа в своей полноте состоит как из сознательного, так и из бессознательного. Бессознательная, нерациональная часть человека – несравненно большая часть его

природы в целом, и ее важность намного выше, чем мы обычно желаем признавать. Сознание подобно легкой пене, играющей и сверкающей на поверхности, в то время как бессознательное подобно бездонным океанским глубинам, темным и неохватным, простирающимся далеко вниз. Для того, чтобы воззвать к человеку в целом, недостаточно обращаться только к сознательному, рациональному уму, который плавает на поверхности. Нам нужно воззвать к чему-то еще, и это означает, что мы должны говорить на языке, совершенно отличном от языка концепций, абстрактного мышления: нам нужно говорить на языке образов, конкретных форм. Если мы хотим добраться до этой нерациональной части человеческой души, нам нужно использовать язык поэзии, мифа, легенды.

Этот иной, ничуть не менее важный, язык забыт многими современными людьми, или же они знают его только в некоторых искаженных и нарушенных формах. Но буддизм определенно говорит на этом языке, и говорит на нем не менее ярко, чем на языке концепций. У некоторых людей создается впечатление, что буддизм говорит только на языке концепций, разума, что он – строго рациональная система, даже своего рода рационализм. Такое заблуждение в некотором смысле довольно естественно для Запада. В конце концов, большая часть нашего знания получается из книг, журналов, лекций и т.д., поэтому, хотя мы не всегда осознаем это, наш подход остается в русле рационального, концептуального понимания. Но если мы отправимся на Восток, мы увидим совершенно другую картину. В восточных буддийских странах люди склоняются к другой крайности. Их трогают и оказывают на них влияние образы, находящиеся повсюду вокруг них, и им нелегко суметь дать рациональное, концептуальное определение тому, во что они на самом деле верят.

Поэтому что касается буддизма на Западе, гораздо больше влияния придавалось концептуальному,

аналитическому, интеллектуальному подходу. Теперь нам нужно уделить больше времени и более серьезно обратить внимание на другой подход, чтобы начать попытки сочетать эти два подхода, объединить концептуальное и неконцептуальное. Нам нужна уравновешенная духовная жизнь, в которой и сознательный, и бессознательный ум занимают свое место.

Следовательно, именно с помощью языка поэзии и мифа мы собираемся найти подход к нашему предмету, сменяя концептуальный подход на неконцептуальный, сознательный ум на бессознательный. Здесь мы встретимся с тем, что я называю «архетипическим символизмом жизнеописания Будды». Для того, чтобы эта встреча состоялась, нам нужно быть восприимчивым, открыться этим архетипическим символам, прислушаться к ним и позволить им самим говорить с нами, в особенности с нашими бессознательными глубинами, для того чтобы мы не только осознали их на уровне ума, но пережили и усвоили их и даже позволили им рано или поздно преобразить всю нашу жизнь.

Значение «архетипического символизма»

Теперь давайте дадим определение ключевым терминам. Что такое архетип? В общих чертах, архетип – это исходная модель, или рабочая модель, модель, на основе которой создается или формируется вещь. А что мы понимаем под символизмом? Символ обычно определяется как видимый знак чего-то невидимого. Но, с точки зрения философии и религии, он гораздо большее: это нечто, существующее на более низком плане, что соответствует чему-то, существующему на более высоком плане. Если сослаться на общеупотребительный пример, в различных теистических традициях Солнце – символ Бога, потому что Солнце выполняет в физической вселенной ту же функцию, которую Бог, согласно этим системам, выполняет в духовной вселенной: солнце излучает свет и

жар, как Бог излучает свет знания и тепло любви в духовной вселенной. Можно сказать, что Солнце – Бог материального мира, а Бог, подобно этому, Солнце в духовном мире. Оба представляют собой один и тот же принцип, проявляющийся на различных уровнях: «Что вверху, то и внизу».

Два вида истины

Различные западные ученые современности пытались написать полное, детализированное жизнеописание Будды. Есть довольно много доступных традиционных источников. Западные ученые тщательно изучили этот огромный материал, но, внимательно исследовав различные эпизоды и случаи, они разделили их на две большие «кучи». В одну сторону они поместили все, что они сочли историческими фактами. На другую сторону они поместили то, что сочли мифом и легендой. Все было нормально, пока они зашли лишь настолько далеко, но большинство из них сделали еще один шаг и начали удовлетворять свои потребности в оценке их значимости, говоря, что ценно и важно лишь то, что они рассматривают как исторический факт. Что касается мифов и легенд, всей поэтичности истории, они обычно рассматривают это как чистый вымысел, который должен быть отвергнут как абсолютно бесполезный.

Это очень большая ошибка, потому что мы можем сказать, что есть два вида истины: то, что мы называем научной истиной, истиной концепций или разума, и в дополнение – некоторые сказали бы, что превыше нее – то, что можно назвать поэтической истиной, истиной воображения, интуиции. Они по крайней мере одинаково важны. Последний вид истины проявляется в том, что мы называем мифами и легендами, в произведениях искусства, в символических ритуалах, а также он довольно важен в снах. И то, что мы называем архетипическим символизмом жизнеописания Будды, принадлежит к этой второй категории. Он имеет значение не как историческая истина или фактическая

информация, но как поэтическая, даже духовная истина. Мы можем сказать, что это жизнеописание Будды в терминах архетипического символизма связано не с внешними событиями его жизни, но предназначено для того, чтобы предложить нам нечто, касающееся его внутреннего духовного опыта, и следовательно, чтобы пролить свет на духовную жизнь для всех нас.

Примеры архетипического символизма

Теперь я дам несколько примеров архетипического символизма из биографии Будды.

Двойное чудо

В традиционном тексте говорится:

«Затем Благородный, паря в воздухе на высоте пальмового дерева, совершил различные и разнообразные чудеса двойственного вида. Нижнюю часть его тела объял огонь, в то время как из верхней части излилось пятьсот струй холодной воды. Когда верхняя часть его тела была в огне, пятьсот струй холодной воды излилось из нижней части. Потом своей магической силой Благородный преобразил себя в буйвола с трепещущими ноздрями. Бык исчез на востоке и появился на западе. Так описывается в деталях великое чудо. Несколько тысяч коти (Индийская мера, равная 10 миллионам. – прим. перев.) существ, видя это великое магическое чудо, стали довольными, радостными и счастливыми и произнесли тысячи одобрительных возгласов, увидев это чудо собственными глазами».

Я не собираюсь ничего говорить сейчас о преображении Будды в быка, я хочу сосредоточиться на самом «двойном чуде», в котором Будда испускает одновременно огонь и воду. Прежде всего, Будда стоит в воздухе. Это символизирует смену плана, и это очень важно. Это означает тот факт, что то, что описывается, не происходит на земном плане, на историческом плане.

Двойное чудо – это не чудо в обычном смысле слова, не нечто магическое или сверхъестественное, что происходит здесь, на земле, но нечто духовное, нечто символическое, происходящее на высшем, метафизическом плане существования.

Стоя в воздухе – в этом метафизическом измерении – Будда испускает огонь и воду одновременно: огонь из верхней части тела, воду из нижней и наоборот. На высшем плане существования, где он теперь находится, огонь и вода – универсальные символы. Их можно найти по всему миру, во всех культурах, всех религиях. Огонь символизирует «дух» или «духовное», а вода представляет собой материю, материальное. Огонь также символизирует активный, мужской принцип, вода – пассивный, женский принцип. Огонь символизирует интеллект, а вода – эмоции. Огонь символизирует сознание, вода – бессознательное. Другими словами, огонь и вода в паре символизируют все космические противоположности.

Тот факт, что Будда испускает огонь и воду одновременно, означает соединение этих великих пар или противоположностей. Это соединение на всех уровнях, и на высочайшем из уровней в особенности, синонимично тому, что мы называем Просветлением. Этот эпизод с двойным чудом рассказывает нам, что Просветление – это не одностороннее событие, не частный опыт, но союз, слияние противоположностей, огня и воды, на высочайшем уровне из возможных.

Лестница между небом и землей

Теперь давайте обратимся к другому эпизоду. Согласно традиции Тхеравады, Будда преподал то, что стало известно как Абхидхарма, своей покойной матери на небесах Тридцати трех богов (высший из небесных миров, где она переродилась после смерти, спустя семь дней после его рождения). Когда он вернулся на землю, он спустился по великолепной лестнице, сопровождаемый различными богами, небесными

созданиями и ангелами. В текстах эта лестница ярко описывается как трехступенчатая, сделанная из золота, серебра и хрусталя.

Эта лестница или ступени между небом и землей – также универсальный символ. Например, в Библии упоминается лестница святого Иакова, несущая тот же смысл. Лестница – это нечто, что объединяет противоположности, соединяет и связывает воедино небо и землю. В буддийских текстах архетипическая значимость этого момента сошествия Будды усиливается красочными, великолепными описаниями в виде золота, серебра и хрусталя, различных разноцветных огней, великолепия ярких навесов и зонтов, падающих цветов и звуков музыки. Все это оказывает мощное воздействие не на сознательный ум, но на бессознательное, на глубины.

Мировое Древо

Другой важный вариант темы союза противоположностей – то, что обычно известно как «Мировое Древо», или «Космическое Древо». Согласно традиционным описаниям, Будда достиг Просветления у подножия дерева бодхи: «бодхи» означает Запредельную Мудрость, или «Пробуждение». Корни дерева глубоко уходят в землю, но в то же время его ветви поднимаются высоко в небо. Поэтому дерево также соединяет небо и землю, также является союзом, гармонией противоположностей.

Мировое древо можно обнаружить во многих мифологиях. Например, есть норвежский Иггдрасиль, Мировой Ясень, корни которого уходят глубоко, а ветви упираются в небо, и все миры подвешены на этих ветвях. Мы также находим отождествление христианского креста с Мировым или Космическим Древом. Я видел изображение распятия, где ветви росли по обе стороны от креста, а корни уходили глубоко в почву. Крест также, подобно Мировому Древу, соединяет небо и землю на космическом плане, точно так же, как Христос соединяет

человеческую и божественную природы на психологическом плане.

Алмазный трон

С идеей лестницы, ступеней или дерева, близко связан образ центральной точки. В традиционных рассказах о Просветлении Будды он изображается сидящим на том, что называется «Ваджрасана», что буквально означает «алмазное сиденье» или «алмазный трон». Алмаз, ваджра, в буддийской традиции представляет собой трансцендентальный элемент, метафизическую основу. Согласно традиции, Ваджрасана – центр Вселенной. Это можно сравнить с соответствующей христианской традицией, согласно которой крест стоял в том же месте, где находилось древо познания добра и зла, с которого Адам и Ева съели яблоко, и это место обозначает самый центр мира. Это центральное положение Ваджрасаны в космосе предполагает, что Просветление состоит в занятии центральной позиции. Это метафизическое или трансцендентальное нахождение в центре, которое представляет собой Просветление, в то же время предстает как союз противоположностей, о котором мы говорили.

События, сопровождающие Просветление Будды

Теперь мы будем рассматривать не просто отдельные архетипические символы, а целую последовательность символов. Этот ряд связан с наиболее важным событием во всей жизни Будды, достижением Просветления. Эти символы представлены в различных событиях, обычно рассматриваемых как исторические или частично исторические, хотя их действительный смысл намного глубже.

Победа над Марой

Первое из этих событий традиционно известно как «Победа над Марой», сатаной в буддизме. Будущий Будда сидел в медитации у подножия дерева, когда его

атаковали ужасные полчища демонов, различные омерзительные, уродливые, чудовищные фигуры, вedomые Марой. Эти полчища и их атака ярко описаны в буддийском искусстве и поэзии. Они были наполовину животными, наполовину людьми, ужасно обезображенными, рычали, бросали злобные взгляды, полные гнева и ярости, некоторые из них несли огромные палицы, другие размахивали мечами, все они имели угрожающий вид и действительно внушали страх. Но все камни, стрелы и искры, достигнув края светового ореола Будды, превращались в цветы и падали к его ногам. Значение этого очевидно и не нуждается в объяснении, это нужно просто прочувствовать. Будда не волновался, он не шелохнулся при виде этой ужасной атаки. Его глаза остались прикрытыми, он остался в медитации все с той же улыбкой на лице.

Поэтому Мара послал против Будды трех своих прекрасных дочерей, чьи имена были Вожделение, Страсть и Наслаждение. Они танцевали перед Буддой, используя все свои уловки, но Будда даже не открыл глаз. Пораженные, они отступили.

Все это представляет собой силы бессознательного в их грубой, несублимированной форме. Демоны, ужасные бесформенные фигуры, представляют собой гнев, отвращение, неприязнь и т.д. Дочери Мары представляют собой различные аспекты цепляния и желанья. Сам Мара – олицетворение изначального неведения, или неосознанности.

Призвание в свидетели Богини Земли

Второе событие известно как «призвание в свидетели Богини Земли». После поражения Мара испробовал еще одну уловку. Он сказал будущему Будде: «Ты сидишь в центральной точке вселенной, на троне Будд прошлого. Какое ты, обычный человек, имеешь право сидеть на этом алмазном троне, где восседали предыдущие Будды?» И Будда сказал: «В моих прошлых жизнях я практиковал все Совершенство, Совершенство даяния,

нравственности, терпения, усилия, медитации и мудрости. В своем духовном развитии я достиг точки, когда я близок к достижению Просветления. Поэтому я достоин восседать на этом алмазном троне, подобно предыдущим Буддам, когда они достигли Просветления».

Мара не был удовлетворен. Он сказал: «Хорошо, ты говоришь, что ты практиковал все эти Совершенства в предыдущих жизнях, но где твои свидетели?» И будущий Будда, сидящий на алмазном троне в позе медитации, с руками, покоящимися на коленях, просто коснулся земли – это знаменитая мудра или позиция прикосновения к земле. И из нее поднялась Богиня Земли, держащая в руках сосуд. Она несла мудрость и сказала: «Я была здесь все время. Люди приходят и уходят, но земля всегда остается. Я видела все его предыдущие жизни. Я видела сотни тысяч жизней, на протяжении которых он практиковал Совершенства. Поэтому я свидетельствую, что он достоин сидеть на троне Будд прошлого».

Эту сцену также часто изображают в буддийском искусстве. Иногда Богиня Земли изображается темно-зеленой, иногда красивого золотисто-коричневого цвета, но всегда наполовину поднявшейся из земли. В своей основе она символизирует те же силы, которые представлены дочерьми Мары, но в их укрощенной, подчиненном и сублимированном аспекте – готовность помочь, а не помешать.

Просьба Брахмы

Третье событие известно как «просьба Брахмы». После своего Просветления Будда был склонен оставаться в молчании. Он размышлял: «Эту Истину, эту Реальность, которую я обнаружил, так трудно увидеть, она столь неуловима, что обычные люди, чьи глаза застилает пыль неведения и страсти, не смогут ее увидеть. Поэтому лучше оставаться в молчании, оставаться под деревом Бодхи и не идти в мир для проповедей».

Но тогда ему предстали другое великое видение. Воссиял великий свет, и в центре лучей древняя фигура, фигура Брахмы Сахампати, великого бога Брахмы, Владыки тысячи миров, предстала перед Буддой со сложенными руками. Он сказал: «Пожалуйста, проповедуй, проповедуй истину: есть некоторые, чьи глаза лишь едва застилают пыль. Они оценят, они последуют за тобой». Будда открыл свой божественный глаз и окинул взглядом всю Вселенную. Он увидел всех существ, подобно лотосам в пруду, на различных ступенях развития. И он сказал: «Ради тех, чьи глаза лишь едва застилают пыль, тех, что подобны полураскрывшимся лотосам, я буду проповедовать Дхарму».

Конечно, нам не стоит воспринимать этот случай буквально, в историческом смысле – Будда не нуждался в просьбе, чтобы учить. Просьба Брахмы означает проявление внутри ума самого Будды сил Сострадания, которые побудили его поведать об открытой им Истине и проповедовать человечеству.

Царь змей

Семь недель Будда сидел у подножия дерева бодхи, и в середине седьмой недели разыгралась великая буря. Будда достиг Просветления в мае, а семь недель спустя была середина июля, время начала сезона дождей. В Индии, когда начинается сезон дождей, небо в несколько мгновений становится черным и спускается дождь, который льет не как из ведра, а целыми водохранилищами. Будда находился на открытом месте, под деревом, всего-навсего в тонком одеянии – он не мог почти ничего сделать. Но новая фигура возникла из-под земли: великий змей, царь Мукалинда, Царь Змей. Он приблизился и обернул свои кольца вокруг Будды и замер, развернув свой капюшон над головой Будды, как зонт, и так защитил его от ливня. Этот эпизод часто изображается в буддийском искусстве.

Затем дождь прекратился, грозные облака рассеялись,

и Царь Змей принял иную форму, форму прекрасного шестнадцатилетнего юноши, который поприветствовал Будду.

Боюсь, что некоторые ученые пытаются истолковать этот эпизод буквально, говоря: «О да, широко известно, что на Востоке змеи иногда довольно дружелюбны к святым, они приходят и сидят рядом с ними, и именно это и должно было случиться». Но мы не можем принять такое псевдоисторическое объяснение. Мы находимся на другом плане и вместе с тем на другом уровне смысла. Во всем мире, как мы видели, вода, море или океан символизируют бессознательное. В индийской мифологии наги, то есть змеи, или драконы, живут в глубинах бессознательного в наиболее позитивном и благоприятном аспекте, а Мукалинда – царь нагов. Поток дождя, бурный ливень спустя семь недель означает духовное очищение, омовение. Во всем мире пролить воду на кого-то или на что-то значит облечь этого человека или этот объект силами бессознательного ума.

Мукалинда также обозначает мощные психические энергии, поднимающиеся внутри человека, особенно во время медитации. То, что Мукалинда принял форму прекрасного шестнадцатилетнего юноши, символизирует новую личность, возникшую в результате этого. Мукалинда в новой форме приветствует Будду – это означает совершенное подчинение всех сил бессознательного просветленному уму.

Вопросы для размышления и обсуждения

1. Согласны ли вы с тем, что поэтическая истина столь же важна, сколь и истина с точки зрения фактов?

2. Какие эпизоды или символы вызывают у вас наиболее сильный отклик?

3. Поищите изображения этих событий из жизни Будды в любых доступных вам книгах по буддийскому искусству или в Интернете и принесите их в группу. В качестве альтернативы вы можете изобразить одно из событий сами.

Будда, с которым мы можем вступить в контакт

Введение

В прошлых сессиях мы увидели, что для многих буддистов история Будды – не просто фактографическая запись исторических событий. Сейчас мы посмотрим, почему большинство буддистов рассматривают Будду не только как духовного учителя, который давным-давно умер и поэтому не может воздействовать на нас здесь и сейчас.

Представлять Будду и его качества, нести Будду в уме с уважением, визуализировать Будду или иное просветленное проявление – это важные практики для многих буддистов, которые имеют конкретную духовную цель и позитивно воздействуют на многих людей. Мы можем рассматривать эти практики как упражнение в творческом воображении, как путь развития качеств, с которыми мы не можем соприкоснуться в самих себе. Мы можем рассматривать Будду, с которым мы можем вступить в контакт в воображении и медитации, как аспект нашего собственного потенциала – того, что иногда называют природой Будды. Или же мы можем рассматривать эти практики как способ вступить в контакт с мощным внешним потоком духовной энергии. То, как мы объясняем позитивный эффект этих практик, не имеет значения, если только мы не отвергаем их из-за предрассудков и ограниченного рационализма.

В присутствии Будды

Чтобы понять, как развивались эти практики, возможно, будет полезно вообразить, каково было бы быть одним из ранних членов Сангхи, живущим и практикующим в присутствии Будды. Каково было бы проводить время с Буддой, ощущать влияние и вдохновение существа со столь высоким уровнем развития?

Мы можем представить, что, если бы мы жили в присутствии Будды, это бы постоянно напоминало нам о качествах Просветления, и наш собственный потенциал этих качеств был бы пробужден и поощрялся. Мы можем представить, что в результате такого влияния эти качества росли бы и усиливались, стали бы более могущественной частью нашего существа, в то время как наши менее искусные склонности постепенно ослабевали бы. Мы можем представить, что мы довольно естественно пришли бы к тому, что начали действовать, говорить и думать подобно Будде. Мы можем представить, что со временем мы бы *становились* больше похожими на Будду, и это происходило бы довольно естественно, лишь с небольшими явными усилиями с нашей стороны.

Многие ранние буддисты, должно быть, осознавали, что само время, проведенное рядом с Буддой, оказывает на них мощное воздействие, и после смерти Будды они, несомненно, поняли, что они потеряли. Они неизбежно попытались получить пользу от пребывания рядом с Буддой, даже несмотря на то, что он физически больше не присутствовал с ними, и, без сомнения, именно так развилась практика осознания Будды. На самом деле, как мы увидим, эта практика существовала еще до смерти Будды, потому что не все его ученики могли быть с ним даже во время его жизни. Но только спустя годы и столетия после Паринирваны Будды этот вид практики действительно обрел свою форму, став одним из наиболее распространенных видов практики медитации вскоре после смерти Будды, а в более поздних формах буддизма дав начало многим разнообразным формам поклонения, многим различным практикам медитации и многим так называемым архетипическим Буддам и Бодхисаттвам, воплощающим различные аспекты Просветления.

Преимущества

Согласно традиционным комментариям, сохранение в

уме Будды и его качеств обладает многими преимуществами. Это дает нам смелость и силу подняться над страданиями от жизни в этом мире. Оно ведет к полноте веры и дарует мудрость и понимание. Мы начинаем чувствовать, как будто мы живем в присутствии Просветленного, и если мы склоняемся к неискренним действиям, нас удерживает от них благотворный стыд, как будто бы мы находились лицом к лицу с самим Буддой. Со временем наше тело становится столь же достойным почитания, как алтарная комната, а наш ум «стремится к уровню Будд». Даже если мы далеко от достижения этого в этой жизни, мы продвинемся в направлении счастливой судьбы. Кажется, что таков духовный и психологический закон: на чем мы сосредотачиваем свой ум, тем мы и становимся. Сосредотачивая свой ум на Просветленном существе, мы приводим к созреванию наш собственный потенциал Просветления, и таким образом постепенно все больше приближаемся к пребыванию в сфере высочайших Будд.

Пример из времен Будды

Источники практики памятования о Будде восходят ко времени самого исторического Будды, как мы можем видеть из следующего отрывка из Сутта-нипаты, одного из древнейших из сохранившихся буддийских текстов.

В этой истории старик по имени Пингия говорит с брамином Бавари и возносит Будду до небес. Бавари, вероятно, несколько выведен из себя тем, что Пингия восхваляет этого учителя, не являющегося брамином, потому что спрашивает его: «Если этот Готама так чудесен, почему ты не проводишь с ним все свое время: Почему ты не с ним прямо сейчас?»

Пингия отвечает, что он не может быть рядом с Буддой в теле, потому что он стар и слаб, поэтому не может путешествовать вместе со своим учителем. Но, говорит он, используя силу памятования и воображения, он способен чувствовать присутствие Будды все время, и поэтому в уме он никогда не отдаляется от него.

Кажется, что Будда говорит с Пингией, хотя физически он на расстоянии многих миль от него, рассказывая ему, что другие люди до него обрели освобождение силой веры или преданности (шраддха на санскрите, саддха на пали), и предсказывая, что сам Пингия обретет Просветление таким образом, посредством этой самой практики.

Восхваления Пингии о пути к дальнему берегу
(Из Сутта-нипаты, пер. Х. Саддхатиссы, стр. 131-133).

– Я спою вам восхваления Пути к дальнему берегу, – сказал Пингия (когда вернулся туда, где брамин Бавари жил на берегу реки Годавари). – Его описал нам этот человек в точности таким, как увидел его. Но нет причин, по которым человек, подобный ему, мог бы лгать, человек огромного знания и совершенной чистоты, человек, не имеющий страстных желаний.

Когда в голосе нет ни малейшей бойкости гордости, ни малейшей твердости шипов неведения, тогда его слова полны сладости и красоты. Именно такие слова я теперь восхваляю.

Его зовут Буддой, Просветленным, Пробужденным, рассеивающим тьму, обладающим совершенным видением, знающим весь мир без остатка, вышедшим за пределы состояний бытия и становления. В нем больше нет устремлений испорченности: он полностью устраняет все страдания. Этот человек, брамин Бавари, – человек, которому я следую.

Он подобен птице, покидающей лесные ветви и летящей к деревьям, обильным плодами. Я тоже покинул туманный полусвет мнений, подобно лебедю, я достиг великого озера.

До того, как я услышал учения Готамы, люди всегда говорили мне: «Так всегда было, и так всегда будет», – это лишь постоянное повторение традиции, основа для возникновения умозрений.

Этот принц, этот луч света, Готама, был единственным, кто рассеял тьму. Этот человек, Готама, – вселенная мудрости и мир понимания, учитель, чья Дхарма есть Вещи как они есть, мгновенная, непосредственная и видимая повсюду, искореняющая страстные желания и не приносящая вредоносных побочных эффектов, подобной которой нет ничего в мире».

– Но, Пингия, – сказал Бавари, – почему ты не проводишь все свое время, каждое мгновение с этим человеком, Готамой, этой вселенной мудрости, этим миром понимания, учителем, чья Дхарма есть Вещи как они есть, мгновенная, непосредственная и видимая повсюду, искореняющая страстные желания и не приносящая вредоносных побочных эффектов, подобной которой нет ничего в мире?

– О брамин, – сказал Пингия, – для меня нет ни малейшего мгновения, которое я бы провел в отдалении от Готамы, этой вселенной мудрости, этого мира понимания, учителя, чья Дхарма есть Вещи как они есть, мгновенная, непосредственная и видимая повсюду, искореняющая страстные желания и не приносящая вредоносных побочных эффектов, подобной которой нет ничего в мире.

– Видишь ли, господин, – сказал Пингия, – я могу постоянно и с неотступной бдительностью видеть его в моем уме столь же ясно, как моими глазами, ночью, равно как и днем. И поскольку я провожу ночи в поклонении ему, в моем уме нет ни единого мгновения, проведенного вдали от него.

Я не могу уйти от учения Готамы: силы преданности и радости, знания и осознания удерживают меня здесь. Каким бы путем не шел он, вселенная мудрости, он ведет меня за собой.

Физически я не могу идти: мое тело разлагается, я стар и слаб, но движущая сила мысли, устремленной к цели, влечет меня туда непрерывно.

Было время, когда я, извиваясь в болотной грязи, мог

лишь передвигаться от одного камня к другому. Но затем я увидел Самбуддху, полностью пробужденного и свободного от загрязнений.

Тогда Будда сказал:

– Пингия, другие люди освободили себя силой преданности. Ваккали, Бдахравудха и Алави-Готама сделали это. Ты тоже должен позволить этой силе освободить тебя, ты тоже попадешь на дальний берег, где до тебя не дотянется смерть.

– Эти слова, – сказал Пингия, – слова мудрого. Когда я слышу их, моя уверенность растет. Этот человек – Самбуддха: он снял завесу и пробудился. В нем нет ничего пустого, его ум ясен и светносен.

Все доступное знание ведомо ему, даже то, что видит наивысшая проницательность божества. Для того, кто, будучи полон сомнений, приходит к нему, не остается никаких вопросов: учитель ответил на все.

Да, я отправлюсь туда. Я выйду за пределы непостоянства, я выйду за пределы составного, я выйду за пределы сравнений. Больше нет сомнений. Можете считать, что ум освобожден.

Вопросы для размышления и обсуждения

1. Смотрели ли вы когда-нибудь на кого-либо как на пример или ролевую модель? (Можете подумать о героях художественных произведений и известных людей, а не только людей, которых вы знаете лично). Какие качества вас особенно восхищают? Как вы думаете, могли бы вы взаимодействовать с этими качествами так же легко в абстрактной форме, не думая о человеке, который их воплощает?

2. Есть ли какие-либо качества Будды, которые вас особенно восхищают или вдохновляют?

3. Попробуйте ненадолго вообразить самого себя в присутствии Будды или какой-либо другой личности, которой вы восхищаетесь – возможно, вспомните о них в медитации или представьте, что они с вами, когда вы выполняете какие-то повседневные дела. Как это на вас воздействует? Расскажите об этом группе.

4. Почему памятование о Будде может придать нам смелость?

5. Вы согласны, что памятование о Будде может быть полезной практикой? Как вы думаете, как это могло бы работать? Как вы привносите элементы этого в свою практику?

6. В конце восхвалений Пингии кажется, что Будда говорит с Пингией, хотя физически он на расстоянии многих миль от него. Как вы истолковываете это?

Дхарма – Фундаментальный анализ: наша болезнь и предписания для лечения

Введение

Мы уже увидели, что буддист – это кто-то, кто «обращается к Прибежищу» в Будде, Дхарме и Сангхе. После этого мы исследовали значимость Будды. А что касательно Дхармы? Что конкретно означает Дхарма? И что значит обращаться к Прибежищу в ней? Эти вопросы мы будем исследовать в этой и следующей сессиях.

Что такое «Дхарма»?

«Дхарма» – это санскритское слово, которое имеет много значений. Наиболее существенны для этого обсуждения, во-первых, «Истина» в высочайшем смысле, как природа реальности, и во-вторых, учения буддизма. Но «Истина» и реальность – это обширные абстрактные понятия, и учения буддизма пространны, разнообразны и иногда кажутся противоречивыми. Как мы можем обращаться к Прибежищу, как мы можем верить свою жизнь чему-то, что так трудно точно определить?

Можем ли мы сжать учения буддизма до их сущности? Можем ли мы суммировать Дхарму в простой, логической концепции или формуле, которая была бы безусловно истинной, и основывать свою жизнь и практику на ней? Несомненно, нам нужно было бы сделать это до того, как мы действительно сможем обратиться к Прибежищу в ней. Но, к несчастью, на самом деле это невозможно.

За пределами любых представлений, практик или формулировок

Если мы подразумеваем под Дхармой Истину, тогда Будда и другие духовно продвинутые личности буддийской традиции были единодушны в утверждении, что эта конечная природа реальности находится за

пределами любых представлений и не может быть выражена словами. А если мы подразумеваем под Дхармой учения буддизма, то различные буддисты часто подчеркивают значение разных аспектов согласно их темпераменту, окружению, культуре и уровню развития. Если мы попытаемся свести Дхарму лишь к одной концепции, одному учению, одной практике, мы преуменьшим ее значение до уровня нашего собственного понимания и исключим из рассмотрения те аспекты, которые жизненно важны для других людей. Будда прояснил, что он считал все, что помогает человеческим существам преодолеть их теперешнее ограниченное состояние, Дхармой, а люди столь различны, что то, что нам нужно для этого сделать, не может быть сведено к какой-то простой формулировке.

Великие идеи, стоящие за Дхармой

Но, несмотря на сказанное выше, есть такие определения Дхармы, которые столь фундаментальны, что они дают точку отсчета для нашего понимания. Пока мы сами не получим непосредственное переживание не выразимой словами Истины, нам нужны эти понятия, чтобы согласовывать нашу жизнь и практику с природой реальности, как ее рассматривают те, у кого есть такое непосредственное переживание. Нам нужно понять и сохранять в уме великие идеи, которые лежат в основе того, что буддисты называют «верным воззрением». Если мы не сделаем это, нашей жизнью будут управлять обычные бессознательные и не вызывающие сомнения верования, ценности и взгляды на мир, которыми мы обусловлены, поскольку усвоили их благодаря нашей семье, образованию, группе, культуре и определенному историческому периоду, в который нам довелось жить. А поскольку эти верования зачастую не согласуются с реальностью, они будут приводить нас к неудовлетворенности, а не к росту и чувству удовлетворения.

Так каковы же некоторые из этих великих идей, этих

фундаментальных определений Дхармы? Любой список, вероятно, начнется с учения о взаимозависимом возникновении и его следствия, закона кармы. Затем, вероятно, последуют Четыре благородные истины, а также Три Лакшаны, знаки или характеристики обусловленности явлений. В этой сессии мы попытаемся получить первоначальное понимание основ Дхармы в кратком изложении, и мы не можем рассмотреть все эти идеи настолько глубоко, чтобы отдать им должное. Взаимозависимое возникновение – тонкое понятие со множеством смыслов, которое мы исследуем позже в этом базовом курсе, а более детально – в последующие годы курса митр. Три Лакшаны также обсуждаются позднее в этом курсе. Здесь мы сосредоточимся на Четырех благородных истинах, учении, которое было достойно того, чтобы именно оно стало первой попыткой Будды передать другим свое видение в словах.

Четыре благородные истины

Учение о Четырех благородных истинах – особенно хорошая опора для начала понимания Дхармы, потому что оно имеет дело с проблемой человеческой неудовлетворенности. Большинство – а возможно все – из того, что делают, говорят и думают человеческие существа, связано с нашими попытками избежать неудовлетворенности или страданий, или, если посмотреть на это с другой стороны, найти удовлетворение и счастье. Учение о Четырех благородных истинах не снижает значимости этих поисков удовлетворения, но указывает, что тот способ, который мы обычно используем для этого, до сих пор не сработал, анализирует, почему этот подход не сработал, и предлагает альтернативный путь, который действительно ведет к длительному удовлетворению.

Если мы видим истинность этого учения, оно обладает потенциалом для радикальной переориентации наших поисков счастья – движущей силы нашей жизни – таким образом, что мы изменяем нашу жизнь так, что

действительно начинаем создавать счастье, а не отдаляться от него.

Четыре благородные истины – фундаментальное понятие, потому что они пытаются найти решение нашей основной проблемы – того факта, что жизнь, которую мы обычно ведем, не дает нам счастья, которого мы ищем. Они делают это с помощью традиционной схемы, используемой для диагностики в древней индийской медицине: они описывают болезнь, причину болезни, прогноз или перспективу и лечение.

Четыре благородные истины в том виде, в каком их выразил Будда, таковы:

1. Истина дуккхи, что означает неудовлетворенность, дискомфорт, беспокойство или действительное страдание.

2. Истина причины дуккхи, которой является страстное желание.

3. Истина прекращения дуккхи, состоящая в том, что она может быть преодолена с помощью выхода за пределы страстного желания.

4. Истина пути, ведущего к прекращению дуккхи, Благородного восьмичленного пути.

Первая благородная истина

Первая истина иногда превратно передается словами «Жизнь – это страдание». Это заблуждение дало оппонентам буддизма основание порицать его как пессимистичную и отвергающую жизнь религию. Но страдание – это самое крайнее значение палийского слова «дуккха», которое в более общем смысле означает нечто вроде отсутствия комфорта, неудовлетворенности, беспокойства и неудобства. Как указывал Сангхаракшита, буддизм ни пессимистичен, ни оптимистичен – он мелиористичен (от латинского «мелиор», означающего «лучше»). Дхарма трезво оценивает ситуацию, а затем предлагает способы, с помощью которых мы можем ее улучшить.

То, что утверждает Первая истина – что жизнь, как мы ее обычно проживаем, не приносит нам истинного, длительного удовлетворения или полноты. Это просто трезвый взгляд на ситуацию – если бы обычная жизнь приносила нам истинное удовлетворение и чувство завершенности, большую часть времени большинство людей пребывало бы в состоянии удовлетворенности. Очевидно, что это не так. Если бы люди в целом были удовлетворены, им бы не требовалось больше того, что у них есть сейчас, а общество потребления прекратило бы существование. Возможно, мы не чувствуем, что жизнь – это страдание. Мы можем ощущать, что во многом наша жизнь богата и полна счастья. Но нам нужно больше. Чего-то не хватает.

Традиционно дуккха по-разному делится на категории. Будда часто повторял формулировку, согласно которой «рождение – дуккха, старение – дуккха, болезни – дуккха, смерть – дуккха». Получить то, чего мы не желаем, – дуккха. Разлучиться с тем, что мы любим, – дуккха. Не получить того, что мы хотим, – также дуккха. Другие классификации, основанные на этой, подразделяют дуккху на:

Неизбежное страдание, которое мы испытываем, потому что мы – смертные существа с непостоянным телом, часто живущие во враждебной среде (называемое «дуккха-дуккха»).

Страдание от столкновения с тем, что нам не нравится, и от неполучения того, что нам нравится.

«Страдание перемен» – тот факт, что даже если жизнь приятна, мы знаем, что настоящая ситуация не продлится вечно, и это часто вносит элемент беспокойства и сожаления даже в приятные ситуации.

«Экзистенциальное страдание», которое возникает из факта, что даже если наша внешняя жизнь была бы совершенна в любом отношении, мы все еще не были бы удовлетворены и не достигли совершенства, поскольку не реализовали наш духовный потенциал.

Вторая благородная истина

Вторая благородная истина говорит, что источник дуккхи, которую мы ощущаем, – страстное желание, или, если перевести это буквально, жажда. Она говорит, что причина, по которой мы находим жизнь такой неудовлетворительной, – в том, что то, как мы рассматриваем неудовлетворенность, на самом деле становится причиной еще большего страдания. Есть множество путей того, как мы можем понять это.

Слово «страстное желание» – это краткое обозначение того подхода к жизни, который пытается извлечь счастье из мира, хватая вещи, которые нам нравятся, и отталкивая те, которые не нравятся, и в целом организуя постоянно изменяющийся поток событий согласно модели, которая подходила бы к нашим запросам. Мы склонны думать, что мы сможем быть счастливы и удовлетворены, когда – и только когда – мы организуем мир вокруг нас определенным образом, чтобы события и люди соответствовали нашим симпатиям и антипатиям. И поэтому мы тратим свою энергию, чтобы это осуществить.

Но если мы ставим наше счастье в зависимость от изменчивого и неопределенного мира вокруг нас, мы обречены испытывать несчастье и неудовлетворенность большую часть времени. Причины этого вытекают из классификации дуккхи, которую мы рассмотрели в последней сессии.

Во-первых, жизнь включает неизбежный элемент страдания – рождение, болезни, старение, смерть и вся та боль и дискомфорт, которые проистекают из обладания слабым, временным телом. Если мы ожидаем, что не будем испытывать этой «дуккха-дуккхи», не возвращаем личные качества и не стремимся к осмысленной жизни, которые позволят нам покончить с этим на уровне философии, тогда мы просто добавляем другой элемент психологического и эмоционального страдания к неизбежному физическому страданию, которое мы испытываем. Будда иллюстрировал это

положение притчей о двух стрелах. Он сказал, что у нас нет выбора, поразит ли нас первая стрела – дуккха-дуккха, но то, что мы обычно делаем – мы делаем страдание намного сильнее, пронзая себя второй стрелой, более болезненной, чем первая.

Точно так же, как мы неизбежно испытываем элемент физического страдания, мы никогда не можем получить *только* то, что нам нравится, в этом мире, и полностью избежать того, что нам не нравится, а постоянное стремление сделать невозможное становится источником постоянного стресса и разочарования. А потом, если нам все же удастся ненадолго получить то, что нам нравится, это состояние не сможет продлиться вечно – и где-то в глубине души мы знаем это, поэтому даже в гуще удовольствий мы чувствуем беспокойство. Постоянно изменяющийся поток событий, частью которого мы являемся, просто не может быть надолго приведен в какую-то устойчивую структуру, поэтому он просто-напросто не останется таким, каким мы хотим его видеть. А когда, наконец, даже если бы мы каким-то чудом *смогли* привести внешний мир вокруг нас в постоянное состояние, которое нам нравится, даже если бы могли быть богатыми, известными и восхваляемыми, иметь совершенного партнера, окружить себя чувственными удовольствиями, жить жизнью, полной роскоши, возможно, на самом идиллическом из тропических островов, какой мы только можем вообразить, или где-либо, куда зовет нас наша мечта-сценарий, даже если бы мы и наши любимые никогда не болели, никогда не старели и никогда не умирали, все это само по себе не принесло бы нам удовлетворения.

Истинное удовлетворение и счастье проистекают из нашего внутреннего существа, а не из внешних обстоятельств. Если наш внутренний мир заполнен негативными состояниями ума, которые возникают в результате нашей узости и озабоченности лишь собственными желаниями, тогда мы будем несчастны и в раю. С другой стороны, если наш внутренний мир полон

богатства, тепла и пространства, если мы находимся в контакте с нашим духовным потенциалом и внутренней силой, если наша жизнь включает что-то еще, кроме наших личных симпатий и антипатий, мы будем испытывать глубокое удовлетворение даже среди неизбежных жизненных неурядиц и бедствий.

Подобно Первой благородной истине, Вторую благородную истину, истину источника дуккхи, часто понимали неправильно. Например, часто говорится, что буддисты думают, что желание – это причина страданий, и поэтому все желания нежелательны. Но многие формы желания необходимы и полезны. Желание иметь предметы первой необходимости сохраняет наше физическое здоровье. Наше стремление к дружбе, красоте и осмысленной работе подталкивает нас к ведению плодотворной жизни. Наше желание реализовать духовный потенциал устремляет нас к Дхарме. Поэтому кажется, что проблема, на которую указывает Вторая благородная истина, не имеет ничего общего с такими здоровыми желаниями, а работает конкретно с теми, которыми называют «страстными желаниями». Так в чем же отличие «страстного желания» от здорового желания?

Страстное желание против здорового стремления

Сангхаракшита определяет то, что он называет невротическим страстным желанием, как желание чего-то, что не может удовлетворить ту нужду, которую мы хотим удовлетворить. Стакан воды утолит нашу жажду, а здоровая пища – потребность тела в питании. Но алкоголь, бесполезная вещь или какое-то техническое приспособление не принесут нам удовлетворения, если то, в чем мы в действительности нуждаемся, – дружба, покой ума или здоровая самооценка, которые берут начало в осмысленной жизни. Новая одежда, новый партнер, новая машина, новый компьютер, большая сумма на банковском счету, более престижная работа, дорогая пища или отпуск на экзотическом курорте – нет

ничего внутренне неправильного во всем этом. Но ничто из этого не приведет ни к чему, кроме отвлечения от пустоты и неудовлетворенности, которые мы ощущаем, когда игнорируем наш духовный потенциал и живем ниже нашего истинного духовного уровня. И если мы основываем наше счастье на том, удовлетворены ли наши желания обладать такими вещами, мы на самом деле создаем себе страдание, а не удовлетворенность. Мы ставим себя на бесконечную беговую дорожку нездоровых желаний в погоне за морковкой, которую нельзя достать. Мы ставим себя в положение, в котором разочарование и крушение надежд постоянны.

«Эгоистичное цепляние»

Когда Будда учил Второй благородной истине, он подвел итог причинам нашей неудовлетворенности всего одним словом – страстное желание, или буквально «жажда». Но можно облечь это слово большим количеством деталей. Буддисты многих традиций склонны подчеркивать, что это страстное желание, о котором говорил Будда, является результатом нашего заблуждения – заикленности на себе. Тибетские буддисты, например, часто показывают это, используя фразу «эгоистичное цепляние», когда переводят Благородные истины. Эта фраза подчеркивает два аспекта нездорового страстного желания – то, что оно сугубо эгоистично, и то, что у него есть качество тесноты и хватки.

Чтобы дать пример того, как наши неудовлетворенность и страдание могут быть связаны с нашим заблуждением и концентрацией на себе, мы можем поразмышлять над следующей цитатой из лекции по Благородным истинам на радио Би-би-си, прочитанной американским переводчиком и ученым Робертом Турманом:

«...[наше] неверное представление о природе мира помещает нас в невозможную ситуацию. Если я – самая

реальная вещь в мире, это делает меня самой важной вещью в мире. Каждому понятно, что ни один человек не согласится со мной в этом вопросе. Материальный мир не уделяет мне много внимания. И время не обращает на меня большого внимания, как на временное, эфемерное сочетание ума и тела. И, следовательно, мир выступает против реальности, которую я воспринимаю.

Поэтому я вступаю в конфликт с миром все время, исходя из основы моего восприятия вещей. И будучи в конфликте с миром, как с другими существами, так и с неодушевленными вещами, я всегда проигрываю в этом противостоянии. Если вы думаете, что вы... важнее всего, а мир с вами не согласен, вы проиграете этот спор с миром. Вы умрете, вы заболите, люди разлюбят вас, и вы будете вынуждены делать то, что нравится им. И, как следствие, вы будете страдать».

Возможно, также знаменательно, что тибетские буддисты часто используют слово цепляние, когда они переводят эту Истину. Наше стремление крепко хвататься лишь за позитивные стороны жизни может выдавить из них все удовольствие. Все мы слишком часто портим свое счастье, желая, чтобы оно продлилось, вместо того, чтобы наслаждаться им, пока оно проходит, и желая, чтобы оно повторилось как можно скорее, в результате чего оно становится объектом страстного желания в будущем. Вкусная пища, отпуск, отношения, время, проведенное в наслаждении красотой природы, эстетическое удовольствие, даже восторги медитации – мы можем испортить все это, думая: «Дает ли мне это удовольствие, которого я ожидаю? Как долго это продлится? Когда у меня будет это снова?»

Третья благородная истина

Первая и вторая благородные истины могут стать для нас шоком, говоря, что тот путь, на котором мы обычно

ищем счастье, на самом деле причиняет нам больше страдания. Но Третья истина несет нам хорошие новости: если обычная жизнь ведет к неудовлетворенности, другая жизнь ведет к осуществлению себя, к более глубокому роду счастья, чем то, которое мы можем получить от любого объема обладания преходящими удовольствиями. Да, мы больны. Да, мы усугубили эту болезнь нашим поведением. Но есть лекарство, если только мы пожелаем принять его. До этого мы будем подобны хрипящему, задыхающемуся курильщику, который настаивает на том, что чувствует себя хорошо – просто небольшое несварение при подъеме – и что его дядюшка Фрэд выкуривал пачку в день и дожил до девяноста лет. Поэтому Третья благородная истина – это очень хорошая новость: доктор дает нам очень хороший прогноз, но только если сначала мы примем плохие новости.

Третья благородная истина основана на том факте, что наша неудовлетворенность – результат условий и может быть преодолена посредством изменения этих условий. Она может быть преодолена искоренением нашего цепляния, нашего эгоцентрического взгляда на жизнь и посредством ослабления нашего цепляния. Мы можем выйти за пределы страдания и неудовлетворенности, преодолев наше узкое видение жизни и живя более открытым, всеобъемлющим образом.

Четвертая благородная истина

Четвертая благородная истина говорит нам, что способ сделать это, способ расширить наше видение и уменьшить наше цепляние – это следование последовательному пути духовного развития, который воздействует на каждый аспект нашей жизни. Это то, что буддисты называют Благородным восьмеричным путем. На следующем году курса для митр мы будем исследовать Восьмеричный путь в деталях, поэтому здесь мы лишь попытаемся дать его общую картину и ощущение того, чего он касается.

В изложении Сангхаракшиты Восьмеричный путь включает:

1. Видение – то, как мы видим мир и нашу роль в нем.
2. Эмоции
3. Речь
4. Действия
5. Образ жизни
6. Усилие
7. Осознанность
8. Самадхи – то, что может быть переведено или как медитация, или как мудрость, возникающая в высшем состоянии существования.

Эти восемь аспектов подобны расширенной схеме основного Трехчленного пути этики, медитации и мудрости, показывающей различные его составляющие и то, как они работают вместе. В своей сути Восьмеричный путь говорит о том, что, если мы постоянно практикуем наставления все глубже и глубже во всех сферах нашей жизни, если мы возвращаем внимательность и позитивные эмоции, если мы расширяем наше видение, открываясь Дхарме, и если мы углубляем наше проникновение, то с течением времени мы станем более высокими существами, с более обширным видением и подходом к жизни. Мы станем такими существами, у которых меньше страстных желаний, меньше самозацикленности, которые не цепляются так крепко за переживания. Мы больше не будем основывать наши поиски счастья на получении кратковременных удовольствий, непостоянных владений, одобрения, положения и репутации. Вместо этого мы обретем намного более глубокий смысл счастья и удовлетворенности, становясь больше похожими на тех существ, которыми мы должны стать, которые живут внутри нас, куда бы ни забросила нас изменчивая, текучая вселенная.

Цитируя тхеравадинского монаха Аджана Сучитто:

«Обстоятельства, такие, как болезнь или удача, приходят и уходят, но то, что сохраняется в нас, – внутренние условия. Если у нас есть покой ума, мы можем перенести и общение с грубым строптивцем, но вина, ненависть или депрессия могут испортить и ярчайший день. Миллионер или король может жить в осаде беспокойства и недоверия, а не имеющий ничего монах – жить в легкости и удовлетворенности. Страдание и прекращение страдания живут в наших умах и сердцах».

Вопросы для размышления и обсуждения

1. Вкратце объясните своими словами, как вы понимаете Четыре благородные истины – возможно, в одном предложении на каждую Истину.

2. Как вы относитесь к идее, что жизнь, как мы ее обычно проводим – погоня за тем, что нам нравится, и избегание того, что нам не нравится, – вынуждена не приносить удовлетворения. Как вы считаете, это правда? Вам нравится эта идея? (Заметьте, что это два разных вопроса!)

3. Подумайте над примерами различных видов дуккхи из вашего собственного опыта. Каков наиболее важный для вас источник неудовлетворенности и страдания?

4. Подтверждает ли ваш опыт идею, что мы больше всего страдаем, когда сосредоточены на наших собственных желаниях и страхах, в то время как счастливее всего мы, когда сосредоточены на чем-то вне нас? Как вы считаете, есть ли какие-то способы быть меньше сосредоточенными на наших желаниях, которые нездоровы и не ведут к духовному росту? В чем разница между нездоровым самопожертвованием и выходом за пределы себя, который ведет к освобождению?

5. «Если Четыре благородные истины верны, подход к счастью, предлагаемый обществом потребления, на самом деле лишь сделает нас более несчастными». Обсудите!

Многочисленные измерения Дхармы

Изобилие и многообразие

Мы уже рассматривали Четыре благородные истины, одну из наиболее кратких и общепринятых формулировок учения Будды. Еще один способ перефразировать эти Истины – это, возможно, сказать, что жизнь, которую мы обычно ведем, не приносит удовлетворения, что причина неудовлетворенности кроется в наших страстных желаниях и ограниченной замкнутости на себе, а также что способ освобождения себя от этого – это следование пути нравственной чистоты и медитации и увеличение духовного видения. В своей первой проповеди Будда использовал формулу Благородного восьмеричного пути, чтобы суммировать этот путь к освобождению. Но он также пользовался другими формулировками, а за тысячелетия, прошедшие с его смерти, его последователи разработали еще больше. Некоторые из этих разнообразных версий придают большее внимание разным элементам Трехчленного пути этики, медитации и мудрости, больше, чем другие. Некоторые особым образом приспособлены к нуждам различных периодов времени, культур или типов людей. Некоторые уделяют внимание различным образам жизни, качествам или практикам, таким, как простая монашеская жизнь, долгие часы медитации, бескорыстному альтруизму или глубокой вере.

Может показаться, что это изобилие и многообразие буддизма вводит в смятение, но все они согласуются с первоначальным учением Будды. Будда ясно сказал, что Дхарма – это все, что помогает нам развивать духовность. Он также сказал, что учения, которые он давал во время своей жизни, было лишь малой частью истинных учений Дхармы, которые могут быть предложены живым существам – как он это выразил, подобно пригоршне листьев в сравнении со всеми

листьями в лесу. Говоря это, он, обладая таким правом, выражал одобрение своим более развитым последователям позднейших веков – тем, которые следовали пути и реализовали его плоды – в развитии учений, подходящих их собственному времени и месту.

Путь систематических шагов

Но хотя разнообразие и изобилие Дхармы – это естественное развитие учений Будды, оно может все еще представлять проблему для современных буддистов. В любом книжном магазине мы можем легко получить доступ к огромному разнообразию различных учений, предназначенных для различных уровней опыта, происходящих из различных школ, как это никогда не было доступно для буддистов прошлого. Как мы можем понять смысл всех их, не говоря уже о том, чтобы обратиться к прибежищу в этой приводящей в замешательство массе практик и представлений?

Один их ответов – что нам нужно вверить себя – по крайней мере, временно – практике одной версии пути, а затем рассматривать *ее* как наиболее важную для нас в данный момент часть Дхармы. Если мы выхватим кусок из одной книги здесь, затем попрактикуем что-то еще из другой традиции, когда нам станет скучно, а затем перекинемся на следующее, на чем остановится взгляд, мы не уйдем далеко. (Как выразил это один учитель, возможно, можно добраться из Бомбея в Нью-Йорк, путешествуя или на восток, или на запад, север или юг, но если мы проедем несколько миль на восток, потом несколько миль на север, потом несколько миль на запад, потом на юг, то мы вернемся туда, откуда начали). Рано или поздно нам придется прекратить пробовать понемногу то здесь, то там, и начать двигаться по «пути систематических шагов». Нам нужно следовать согласованному, постепенному пути практики, в котором каждый шаг закладывает основание для последующего, в окружении, где мы можем получить совет и поддержку от других людей, который прошли тот же путь сами.

Дхарма – это путь роста, а рост происходит систематическим, органическим образом, каждый шаг следует за предыдущим, как это происходит с ростом растения. Нет смысла в попытках заставить недавно проклюнувшееся семя дать цветы. В настоящий момент ему нужно дать листья и корни. Если то, как мы ухаживаем за ним, не подходит для его уровня развития, это не принесет пользы, и мы можем на самом деле навредить ему. То же самое с Дхармой.

Поэтому нам нужно следовать последовательному пути практики. Это обычно означает следование пути, установленному определенной традицией, особенно на ранних ступенях. Когда мы становимся митрами, мы временно вверяем себя Триратне и его среде для практики. Вместе с этим мы вверяем себя практике пути, установленной Триратной – по крайней мере временно, на данный момент. Нам нужно честно попробовать этот путь и посмотреть, работает ли он. Путь, предлагаемый Триратной, – это попытка применять фундаментальные учения и практики буддизма гармоничным образом, берущим свои корни строго из основ буддийской традиции, хотя и адаптированной для современных нужд и условий. Вверение себя этому конкретному пути не значит, что мы не можем черпать вдохновение из других традиций. Но это на самом деле дает основу и точку отсчета для понимания и регулярной практики, что позволяет нам получить пользу из того, что вдохновляет нас в буддийской традиции в целом, а не просто испытывать замешательство и растерянность от разнообразия предлагаемых учений.

Что такое «обращение к Прибежищу в Дхарме»

Уверенность и преданность практике

Итак, наиболее основополагающий уровень обращения к Прибежищу в Дхарме – это вверение себя практике учения в том виде, как она преподносится нам здесь и сейчас, в конкретной версии пути, которой мы

следуем, и среди духовного сообщества, с которым мы вступаем в контакт – в нашем случае Триратной. Для большинства из нас это начинается с осознания, что части Дхармы, в смысл которых нас вводили, и практики, которые мы попробовали, положительно влияют на нас. Мы можем также увидеть, что путь, кажется, оказал положительное воздействие на других людей, которые практиковали дольше, чем мы. Так мы развиваем некоторую основополагающую уверенность в главных учениях буддизма.

Затем наша уверенность приводит к твердому решению практиковать то, что важно для нас сейчас, на этой отдельной ступени пути, ради нашего собственного благополучия, а также ради благополучия других вокруг нас. Это вверение себя практике учений, которые нам нужны на нашей теперешней ступени, – вероятно, самая важная часть обращения к Прибежищу в Дхарме. Для одного человека это может быть обязательство медитировать каждый день, проявлять меньше негативности в речи, проводить время с другими буддистами. Для кого-то еще это может принять другую форму из-за различия в нуждах, и даже в случае одного и того же человека это будет со временем изменяться.

Чувство верности

Кроме этого ежедневного обязательства воплощать в практике учения, для некоторых людей обращение к Прибежищу в Дхарме может включать интуитивное, искреннее чувство верности учений. Мы можем ощущать чувство уверенности, которое может показаться слишком глубоким для того, чтобы выразить его словами, чувство глубокой важности того, с чем мы встретились, чувство личной связи, будто бы мы вспоминали учения, а не встречались с ними впервые. У нас может быть ощущение, что то, что наиболее важно в Дхарме, на самом деле происходит из сознания, более высокого, чем наше собственное, и обязательство относиться к ней с уважением и даже почитанием,

которого она заслуживает. Оно может включать чувство благодарности, подпитываемое осознанием того, что без жизнеспособного духовного пути жизнь была бы бессмысленна. А эта благодарность может выражаться в желании помочь сделать Дхарму доступной другим, со знанием, что другие люди нуждаются в Дхарме точно так же, как и мы.

Мифическое измерение

Чтобы наиболее полно обратиться к Прибежищу в Дхарме, нам нужно избавиться от чувства, что Дхарму составляют обычные (даже если и умные) идеи, происходящие от людей, очень похожих на нас самих – на том же уровне, что и книги по саморазвитию, которые мы можем найти в любом магазине. Большая часть записанной Дхармы происходит от самого исторического Будды. Источником другой части являются личности, которые также являлись Просветленными или, возможно, были способны контактировать с Просветленным Умом в глубокой медитации. В любом случае источник – Просветленный Ум, уровень сознания, далеко выходящего за пределы нашего собственного.

Признание того факта, что Дхарма происходит от более высокого уровня сознания или существа более высокого уровня, может раскрыть для нас более поэтическое или мифическое видение, которое обогатит наш опыт обращения к Прибежищу в Дхарме. О Дхарме иногда говорится как о «речи Будды», где «Будда» – не просто историческая личность, но принцип, действующий как во Вселенной, так и в глубинах нашего существа, принцип, который стремится помочь нам расти и развиваться. Об этой «речи Будды» иногда по традиции говорят, что она разговаривает с каждым отдельным человеком на его собственном языке, точно говоря ему, что ему нужно знать на его нынешнем уровне развития.

Сангхаракшита говорит о Дхарме как о действии Просветленного Ума, стремящегося вступить в общение

с непросветленными существами, такими, как мы. Он продолжает, утверждая, что концепции и язык – это не единственный способ, с помощью которого Просветленный ум общается с нами. На самом деле слова – это самая грубая форма, которую может принять Дхарма; символы и образы – более богатая форма общения:

«Просветленный ум спускается на ступень ниже, чем он был, на уровень... образов. На этом уровне есть... образы Будд и Бодхисатв... образы мирные и гневные; образы, возможно, что самое главное, наполненные блестящими красками и сиянием света, возникающие в глубинах бесконечного пространства. Они не созданы индивидуальным человеческим умом или коллективным сознанием, ни даже коллективным бессознательным. Возможно, эти образы вообще не созданы, но существуют как они есть, со-вечные с самим Просветленным сознанием... Эти образы... открывают все. Они открывают это с помощью формы или цвета. На этом уровне не нужно ни мыслей, ни концепций, ни слов¹».

Другие буддийские учителя также подчеркивали, что Дхарму не нужно сводить к словам и концепциям:

«Язык религии – это язык не концепций, но символов. Когда эти символы концептуализируются, они теряют свою жизненную силу, многогранность и сводятся главным образом к клише. Множественность измерений символа делает его представителем высшей реальности, в которой религиозный человек, подобно настоящему поэту или художнику, чувствует себя как дома. Символы – это ключи к «иной реальности», они открывают нам новые измерения опыта. Где бы ни утверждался буддизм, процветали искусство и литература. Скульптура, живопись и архитектура, поэзия и философия, музыка и драматизированные

танцы стали формами выражения религиозного мироощущения, а сама природа стала живым учебником внутреннего видения, как это показывают дзенские пейзажисты и поэты Дальнего Востока. «Иная реальность» не может быть описана с использованием категорий повседневного сознания, она может быть открыта только посредством определенных символов или архетипических форм²».

Этот более поэтический способ говорить о Дхарме подойдет не всем. Многие люди предпочитают более приземленный подход, и им будет довольно относиться к Дхарме как к записанным учениям. Но для тех, кто больше мыслит посредством символов и образов, чем слов и концепций, этот способ рассмотрения Дхармы может придать большую глубину их обращению к Прибежищу. И даже для тех, кто более рационалистичен, немного такого подхода может быть полезным. Если мы можем относиться к Дхарме подобным образом, с воображением, наше обращение к Прибежищу в Дхарме становится обязательством быть ответственными перед побуждениями того, что является высшим во Вселенной и в нас самих, какую бы форму это ни принимало – будь то интуитивное чувство веры, искренний отклик на буддийское изображение или мантру, наше восхищение духовно развитым человеком или сильное чувство правильности и уверенности в определенной части Дхармы, выраженной в словах.

Чем не является обращение за Прибежищем в Дхарме

Не ограниченное одной формулировкой

Дхарма – это главным образом набор методов для духовного роста, а не утверждения о природе реальности. Будда очень неохотно говорил о реальности Просветления, зная, что люди лишь впадут в заблуждение, если они не пережили его в своем опыте.

Тем не менее, нам, людям, нужны какие-то основные положения о природе Истины, чтобы обратить нас на правильный путь. Поэтому Будда иногда пытался передать определенные истины о реальности в словах, хотя это обычно скорее относилось к человеческому состоянию, а не к абстрактной метафизике.

Четыре благородные истины, которые мы уже рассмотрели как фундаментальные положения, которые некоторым образом составляют основу Дхармы в целом, – это одно из таких утверждений. Но ни один набор слов или представлений никогда на самом деле не передаст Просветления, и даже Четыре благородные истины – не исключение. Четыре благородные истины дают нам точное представление и полезны, чтобы показать нам точку отсчета, но в нашем желании понимания и ясности мы не должны думать, что они или любая другая идея, выраженная в словах, может вобрать в себя всю Дхарму. Четыре благородные истины просто выражают один угол рассмотрения Просветления, тот факт, что оно – окончательное лекарство от неудовлетворенности. Но буддийская традиция поясняет, что Просветление – нечто гораздо большее, чем это. Конечно, если мы приблизимся к Просветлению, мы поднимемся над любым страданием и неудовлетворенностью. Мы испытаем истинное счастье, даже блаженство. Но это не сможет полностью описать, на что это будет похоже. В реальности Просветление – это высшее состояние существования, имеющее много измерений, которое достигается в процессе роста и эволюции и находится за пределами нашего теперешнего воображения.

Отсутствие догматизма и фундаментализма

Итак, обращение к Прибежищу в Дхарме не означает слепой веры или догматизма. Оно также не означает некритического принятия всего, что есть в буддийских писаниях. Писания передавались как устная традиция на протяжении столетий, затем были записаны и копировались снова и снова, а также переводились с

одного языка на другой. В процессе этого часть, без сомнения, была утеряна или добавлена, часть – неправильно истолкована и искажена. Поэтому нам нужно проверять записанные слова опытом – нам нужно спросить: «Что на самом деле работает?» Это еще одна причина, почему нам нужно практиковать внутри живой традиции, учась у других людей, которые практикуют дольше, чем мы, которые обрели возможность обнаружить на опыте, что работает в нашей ситуации, и которые, в свою очередь, учились у кого-то до себя.

Примечания:

1. Сангхаракшита, *«Буддизм: основы пути»*, с. 81.
2. Лама Анагарика Говинда, *«Творческая медитация и множество измерений сознания»*.

Вопросы для размышления и обсуждения

1. Повлияла ли на вас уже позитивно практика Дхармы? Какие учения или практики больше всего повлияли на вас?

2. В каких аспектах Дхармы у вас больше всего уверенность? В правильности каких частей вы уверены?

3. Если бы вам нужно было суммировать ваши обязательства по отношению к Дхарме в нескольких положениях, ежедневной практике которых вы привержены, какими бы они были?

4. Есть ли какие-то аспекты Дхармы, которые особенно вас вдохновляют?

5. Как вы относитесь к идее, что Дхарма также может быть передана посредством символов и образов? Оказали ли на вас влияние какие-то символы или образы? Есть ли другие способы передачи Дхармы?

Сангха как средство развития

Введение

В Триратне сильна традиция, которая подчеркивает первостепенную важность духовного сообщества, или Сангхи. Опыт показывает, что нам нужна Сангха, чтобы эффективно практиковать. Люди, с которыми мы общаемся, глубоко воздействуют на нас. Нам нужна поддержка и воодушевление людей, чей образ мыслей схож с нашим. Нам нужны совет и вдохновение тех, кто продвинулся несколько дальше нас на пути. И нам нужна социальная среда доверия, честности и дружбы, если мы хотим открыться и развивать эмоциональную теплоту, являющуюся неотъемлемой частью духовного развития. Это первостепенное значение Сангхи всегда признавалось в буддизме, а в эти времена индивидуализма она важна, как никогда.

Поэтому Сангха важна как средство достижения конечной цели – а этой целью является наше собственное духовное продвижение. Но она также важна как цель сама по себе. Для многих людей наиболее привлекательная вещь в том, чтобы стать буддистом – сама Сангха, а идеал помощи в построении общества людей, которые относятся друг к другу на основе теплоты, щедрости и открытости, может быть одним из наиболее вдохновляющих аспектов духовной жизни.

Тексты, охватывающие содержание последних двух сессий Первой части, предназначены для того, чтобы раскрыть два этих аспекта Сангхи. В первом тексте мы рассматриваем историю из Палийского канона, которая иллюстрирует необходимость духовной дружбы как неотъемлемой части нашего собственного развития и ясно предупреждает нас об опасности духовного индивидуализма. В последней сессии два современных буддиста используют некоторых других персонажей из Палийского канона, чтобы проиллюстрировать, как идеал Сангхи может быть вдохновляющей целью сам по

себе.

«Сангха как средство достижения цели – история Мегии»

(Текст из «Уданы», Глава «Мегия», основано на переводах Вудварда и Айрланда).

«Так я слышал. Однажды Будда остановился на холме Чалика. По этому случаю досточтимый Мегия посетил Будду. Досточтимый Мегия пришел к Будде, приветствовал его, стал в стороне от него и сказал Благородному:

– *Я желаю, господин, отправиться в древнюю Джанту за подаянием.*

– *Делай то, что считаешь нужным в это время, Мегия.*

И досточтимый Мегия, одевшись в монашеское одеяние и взяв чашу и облачение, пошел в древнюю Джанту в поисках подаяния и, обойдя ее и поев, отправился на берег реки Кимикалы. Подойдя туда и прогуливаясь взад и вперед, он увидел чудесную, восхитительную манговую рощу. При виде ее он продумал:

– *Воистину, эта манговая роща чудесна и восхитительна! Несомненно, она будет хорошим местом для члена Сангхи, чтобы работать над своей медитацией. Если Благородный разрешит мне уйти, я бы хотел прийти сюда, в эту манговую рощу, и практиковать медитацию.*

И досточтимый Мегия отправился к Благородному, сел сбоку от него и рассказал Благородному о своих мыслях, говоря:

– *Если Благородный позволит мне уйти, я бы хотел прийти в ту манговую рощу и практиковать медитацию.*

При этих словах Благородный сказал досточтимому Мегие:

– *Подожди немного, Мегия, я здесь один, пока не*

прибудут другие монахи.

Тогда во второй раз досточтимый Мегия сказал Благородному:

– Господин, Благородному больше нечего делать, ему нечего больше прибавить к тому, что он сделал. Но для меня, господин, есть еще многое, что нужно сделать, многое, что нужно добавить к тому, что я сделал. Если Благородный позволит мне уйти, я бы хотел прийти в ту манговую рощу и практиковать медитацию.

И во второй раз Благородный ответил:

– Подожди немного, Мегия, я здесь один, пока не прибудут другие монахи.

Но и в третий раз досточтимый Мегия повторил свою просьбу, и Благородный ответил:

– Что ж, Мегия, что я могу сказать, когда ты говоришь о практике медитации? Делай то, для чего, как ты считаешь, пришло время, Мегия.

И досточтимый Мегия поднялся со своего места, оказал почтение Благородному и отправился в эту манговую рощу, и придя туда, вошел внутрь и сел у подножия дерева. Но пока Мегия оставался в этой манговой роще, к нему, как обычно, пришли три неискusstных формы мыслей, а именно, похотливые мысли, злобные мысли и вредоносные мысли. И тогда досточтимый Мегия подумал:

– Это определено странно! Это определено удивительно, что я, уйдя из дома для бездомной жизни, столь исполненной веры, подвергаюсь нападению этих неискusstных форм мыслей, а именно, похотливых мыслей, злобных мыслей и вредоносных мыслей!

И он покинул свое уединение, отправился к Благородному и сказал:

– Господин, пока я оставался в той манговой роще, ко мне привычно пришли три неискusstных формы мыслей. Тогда, господин, я подумал: это определено странно! Это определено удивительно, что я подвергся такому нападению!

Будда ответил:

– Мегия, когда освобождение сердца не созрело, пять вещей ведут к его созреванию. Каковы эти пять?

Мегия, монаху нужны духовные друзья, хорошие товарищи, ему нужно общество хороших людей. Когда освобождение сердца не созрело, Мегия, это первая вещь, которая ведет к его зрелости.

Затем еще, Мегия, монах должен быть добродетельным, хранить обеты, практиковать нравственное поведение, видеть опасность даже в малых пороках, упражнять себя в наставлениях. Когда освобождение сердца не созрело, Мегия, это вторая вещь, которая ведет к его зрелости.

Затем еще, Мегия, монах должен быть окружен речами серьезными и открывающими сердца, которые ведут к ослаблению привязанностей и страстей, спокойствию, пониманию, проникновению, нирване, то есть разговорамы об обладании малыми желаниями, о преданности, об избегании мирских собраний, о возвращении энергии, разговорамы о нравственности, медитации и мудрости, разговорамы об освобождении, знании и проникновении. Когда освобождение сердца не созрело, Мегия, это третья вещь, которая ведет к его зрелости.

Затем еще, Мегия, монаху нужно быть твердым и настойчивым в отвержении того, что неискусно, и обретении того, что искусно. Он должен быть крепок и тверд в усилиях, не отставляя ноши следования за тем, что искусно. Когда освобождение сердца не созрело, Мегия, это четвертая вещь, которая ведет к его зрелости.

И наконец, Мегия, монах должен обладать проникновением, он должен быть наделен глубоким озарением, которое видит, как рождаются и угасают вещи, и приводит к окончанию страданий. Когда освобождение сердца не созрело, Мегия, это пятая вещь, которая ведет к его зрелости.

Теперь, Мегия, можно надеяться, что монах, у которого есть духовные друзья, станет

добродетельным, будет придерживаться обетов, он будет практиковать нравственное поведение, он увидит опасность даже в малых пороках, он будет упражняться в наставлениях. Также, Мегия, монах, имеющий духовных друзей, будет вдохновлен серьезными речами о медитации, проникновении и освобождении. И еще, Мегия, монах, имеющий духовных друзей, может стать твердым и настойчивым в отвержении неискусного и обретении искусного. И наконец, Мегия, можно надеяться, что монах, имеющий духовных друзей, будет развивать глубокое озарение, которое ведет к окончанию страданий».

Вопросы для размышления и обсуждения

1. Какие выводы о характере Мегии мы можем сделать из этой истории?
2. Как вы думаете, почему Мегия был атакован неискусными мыслями, когда остался один в манговой роще?
3. Почему его это так удивило? Почему этого не происходило, когда он был с Буддой?
4. Какова связь между духовной дружбой и другими условиями, которые, как сказал Будда, ведут к «освобождению сердца»? (Вы можете нарисовать схему того, как одно ведет к другому).
5. Мегия получил ценный урок из его «плохой» медитации, урок о том, как условия, в которых мы живем, влияют на нашу практику медитации. Как *мы* можем реорганизовать нашу жизнь, чтобы улучшить нашу практику медитации?

Сангха как цель

(Сокращенный текст «Буддизм и дружба», написано Субхути при участии Субхамати, Глава 2. «Единые в уме: Дружба как цель»).

Горизонтальное измерение духовной дружбы

В истории Мегии мы увидели, что его эгоистичность и наивность противопоставляются тактичной мудрости Будды. В этом смысле дружба, которую нам показывают, – неравная, поскольку один из партнеров духовно более продвинул, чем другой. Это важный, но не единственный вид духовной дружбы.

Есть также вид дружбы, которая существует между теми, кто находятся приблизительно на одном и том же уровне. Такие друзья – словно духовные братья и сестры, или, если вы предпочитаете, приятели-попутчики. Хотя таких друзей найти легче, чем проводников, они также драгоценны. Духовный путь долг, тяжел, и на нем легко заблудиться. У нашего проводника, если нам посчастливилось такого иметь, скорее всего, будут многие другие, требующие его внимания, и он не всегда будет поблизости, чтобы разрешить наши сомнения, оживить слабеющий дух или направить нас прочь от ложных путей, которыми соблазняется наша ошибающаяся нога. Важно иметь не только проводника, но также товарищей на пути. Такие товарищи представляют собой «горизонтальное» измерение духовной дружбы.

В буддизме духовная дружба (кальяна митрата) с самого начала понималась как включающая не только отношения учитель-ученик, но также любые дружеские отношения между хорошими людьми, которые почитают Будду и Дхарму. Это ясно следует, например, из учений Будды ученику-мирянину Дигхаджану:

«А что такое дружба [кальяна митрата]? Здесь... в

какой бы деревне или городе ни жил семейный человек, он общается с домохозяевами или их сыновьями, молодыми или старыми, в которых созрела добродетель, щедрость и мудрость, он разговаривает с ними и вступает с ними в обсуждения. Он превозносит их достижения в вере, добродетели, щедрости и мудрости. Это называют хорошей дружбой».

Хотя это говорилось мирянину, мы не должны делать вывод, что горизонтальное измерение дружбы значимо только для учеников-мирян. Возможно, наилучший пример таких отношений – дружба между Шарипутрой и Могальяной, двумя выдающимися монахами Будды. Для меня наиболее интересный аспект их отношений – в том, что Шарипутра и Могальяна оставались друзьями даже после Просветления. Кажется, что дружба относится не только к пути, но также и к цели духовной жизни. Важно усвоить это положение, потому что когда мы понимаем духовную дружбу только в рамках пути, нас подстерегает опасность возвращать дружбу не саму по себе, но «для моего духовного развития». Думая так, мы можем прийти к мысли, что наши друзья – «оборудование», служащее нашим собственным духовным амбициям, в случае чего они на самом деле совсем не будут друзьями. Мы можем переживать искреннюю дружбу, только когда мы видим ее как цель саму по себе, или, по крайней мере, как неотъемлемую часть некой высшей цели.

Три друга

Видение дружбы как части цели выражено в *сутте* (или рассказе), который повествует трогательную историю Ануруддхи и его друзей.

Ануруддха, Нандия и Кимбила останавливаются вместе в тихой роще, куда Будда приходит навестить их в один из вечеров, выйдя из уединенной медитации. Узнав о приходе учителя, три монаха спешат приветствовать его: один уступает ему свою чашу и одеяние, другой

готовит сидение, а третий приносит воды, чтобы омыть его ноги. Когда все они садятся, Будда сначала проверяет, в добром ли они здравии и достаточно ли у них пищи. Затем он начинает расспрашивать их, как им живется вместе. Его первый вопрос – хорошо ли они ладят друг с другом. Ануруддха подтверждает, что он и два других монаха «живут в согласии, взаимно ценят друг друга, не вступают в споры, соединяются, как молоко с водой, смотрят друг на друга по-доброму».

Будда (который очень хорошо знает, что не все его монахи живут в таком согласии) спрашивает, *как* им это удается. Ануруддха объясняет, что он почитает за счастье вести духовную жизнь совместно с Нандией и Кимбиллой. Делать это, по его мнению, для него «великий дар». То, как они живут вместе, – выражение метты. Соответственно этому, он поддерживает позитивное отношение к другим двум монахам любым возможным образом – добрыми поступками, нежной речью и любящими мыслями. Слова Ануруддхи подразумевают, что он воспринимал развитие метты по отношению к своим товарищам как практику, как нечто, возвращаемое посредством внимательности, как сознательную часть духовной жизни.

Однако то, что начиналось как практика, теперь стало вторым я. Он достиг точки, в которой ставить чужие желания превыше своих стало для него обычным делом. Он просто спрашивает себя: «Почему бы мне не отложить то, что я хочу сделать, и сделать то, что хотят сделать другие?» А затем он делает в точности это. В заключение он говорит Будде: «Тела у нас различны, но ум один».

Нандия и Кимбила, со своей стороны, отвечают Будде также, и каждый говорит, что он отказался от своих собственных склонностей и живет в соответствии со склонностями других. Они все согласны, что у них «различные тела, но один ум». Поскольку все они отказались от своих желаний в пользу других, у них нет вопроса, чтобы кто-то властвовал над другими двумя.

Кажется, что у них одно желание на всех, или, скорее, таинственное совпадение желаний, основанное на глубоком взаимном осознании и гармонии.

Будда выражает одобрение образу жизни троих друзей, и спрашивает, какие духовные плоды это произвело. Он спрашивает их: «Но пока вы так живете... достигли ли вы какого-то сверхчеловеческого состояния, ступени в знании и мудрости, достойной благородных?» Отвечая от имени других, Ануруддха рассказывает, что все трое прошли целый ряд духовных и запредельных достижений. Другими словами, все они – *Архаты*, полностью Просветленные. Будда выражает восторг, узнав эту замечательную новость.

Через некоторое время, еще поговорив с ними, он покидает их. В это время Нандия и Кимбила спрашивают Ануруддху: «Разве мы когда-нибудь говорили тебе, что достигли всего того, чем ты нас наделил?» В ответ Ануруддха признает, что другие двое на самом деле никогда ничего не говорили ему. Тем не менее, он знает их «пребывания и достижения», поскольку его ум «обнимает» их ум. Другими словами, у него есть непосредственное знание их внутренних состояний, без нужды в словах. Тот факт, что Ануруддха может уверенно говорить о духовных достижениях Нандии и Кимбилы, никогда не слышав от них ничего по этому вопросу, предполагает, что выражение «едины в уме» – не просто фигура речи, но более буквальная истина, чем мы можем предполагать.

История трех друзей показывает нам, как духовная дружба одновременно относится и к пути, и к цели. Действительно, рассказ, кажется, предполагает, что есть что-то вроде восходящей спирали, в которой жизнь, прожитая в дружбе, ведет вверх, к духовной реализации, что, в свою очередь, приносит плоды более глубокой дружбы и более полного общения.

Сангха как сеть друзей

В примере с Ануруддхой, Нандией и Кимбиллой мы

видим, что кальяна митрата объединяет группу трех учеников так, что они становятся кругом друзей. Это напоминает нам, что, в то время как дружба – главным образом отношения между двумя людьми, это, вне всякого сомнения, не отношения, исключают других людей. Друг свободен иметь других друзей, а два друга могут иметь взаимных друзей. Среди людей, преданных одному и тому же духовному идеалу, эта взаимно связывающая модель дружбы – естественное положение вещей.

Кажется, что такая сеть духовных друзей, объединенных общей ориентацией на Будду и Дхарму, – неотъемлемая часть значения того, что буддисты называют сангхой. Слово «сангха» обозначает буддийское духовное сообщество. Часто говорится или подразумевается, что только монахи могут считаться частью сангхи. На самом деле будет более правильно сказать, что монахи составляют одну часть духовного сообщества. Традицией также признается более широкая маха-сангха или «великая община», включающая учеников Будды, являющихся мирянами.

Дружба – неотъемлемая часть значения сангхи. Обычно не может быть возможным (даже внутри одной местной общины), чтобы каждый член сангхи стал личным другом другого члена. Тем не менее, мне кажется, что человек действительно участвует в сангхе только посредством дружбы по крайней мере с несколькими ее членами.

Дружеские отношения, которые составляют сангху, естественным образом склонны расти. Они становятся глубже, поскольку члены сангхи лучше узнают друг друга и поскольку они все больше и больше продвигаются по духовному пути в обществе друг друга. Такие дружеские отношения также склонны увеличиваться численно: новые отношения формируются внутри существующей сангхи, и сангха естественным образом привлекает новых членов. Настоящий рост сангхи составляет приход людей в эту

сеть дружбы.

Описание жизни Ануруддхи и его друзей предлагает беглый взгляд на идеальную сангху в миниатюре. Участвовать в Сангхе (в наивысшем значении слова) – значит вести жизни, подобную той, которую разделяли эти три друга: пребывать в такой гармонии с духовными друзьями, чтобы стать с ними «единым в уме». Это действительно высокий идеал – возможно, мы найдем не таким легким представить его как живую реальность. Но хотя возвышенность идеала может быть несколько обескураживающей, на самом деле она служит, чтобы показать нам ясно направление, в котором нам нужно идти, если мы хотим сами узнать более глубокий смысл сангхи.

Три Драгоценности

Просветленные члены духовного сообщества, такие как Ануруддха и его два друга, являются своего рода высшей Сангхой внутри сангхи. Высшая Сангха (которую иногда отличают написанием заглавной С) – это в действительности одна из Трех Драгоценностей, трех наиболее ценных вещей в буддизме, наряду с Буддой и Дхармой.

Тот факт, что буддизм избрал для почитания эти *три* вещи, как обладающие центральным значением, предполагает, что сущность, сердцевина буддизма не может быть удовлетворительным образом заключена в одном образе или представлении и что мы поймем ее только тогда, когда рассмотрим с трех точек зрения – рассмотрим ее по кругу, так сказать. Будда как драгоценность представляет собой духовный идеал, как его воплощение в человеческой личности. Дхарма как драгоценность – духовный идеал, рассматриваемый в абстракции как конечная истина и духовные средства. Сангха как драгоценность – это духовный идеал, воплощенный в тех, кто продвинулся по духовному пути. Но я думаю, что мы упустим что-то из полноты значения Сангхи как драгоценности, если мы будем думать о ней

просто как о категории или классе личностей. По моему мнению, Сангха (с или без заглавной С) – это живой организм, и его животворящая кровь – духовная дружба.

Вопросы для размышления и обсуждения

1. Каково было ваше первое представление о буддистах, которых вы встретили, когда пришли в буддийский центр? Насколько важно было это для вашего решения принимать участие в его деятельности?

2. Какие качества вы особенно цените (или нет!) в Сангхе, с которой вы на данный момент контактируете?

3. Замечаете ли вы различия в качестве дружеских отношений, которые вы видите среди буддистов, по сравнению с большинством других людей?

4. Находите ли вы идею быть разными в теле, но одними в уме привлекательной или нет? Как вы думаете, возможно ли это без принесения в жертвы собственной индивидуальности?

5. Насколько важна для вас Сангха как фактор того, что вы стали буддистом?

6. Немного более заглянув в глубину каждой из Трех Драгоценностей, что вы находите наиболее вдохновляющим или важным для вас на данный момент?

Содержание

Изучение Дхармы как духовная практика	3
Введение	3
Беседы о Дхарме	3
Воздействие Дхармы ведет к преображению	4
Изучение Дхармы вдохновляет	5
Изучение Дхармы – путь к развитию мудрости	6
Шрута-майи-праджня	6
Чинта-майи-праджня	7
Бхавана-майи-праджня	7
Изучение Дхармы способствует развитию Сангхи	8
Учебные группы – способ работы над собой	8
Примечания	9
Кто такой буддист?	10
Введение	10
Значение «Обращения к Прибежищу»	12
«Обращение в буддизм»	12
«Обращение к Прибежищу»	13
Значение «Прибежища»	13
Обращение к Прибежищу во времена Будды	14
Будда	16
Дхарма	17
Сангха	17
Примечания	19
Вопросы для размышления и обсуждения	20
Будда как цель в буддизме	21
Введение	21
Идеал человеческого Просветления	21
Что такое Просветление?	22
Откуда нам известно, что это состояние Просветления – идеал для человека?	25
Откуда берет начало идеал Просветления?	27
Заблуждения	28
Новая категория	29
Выводы	30
Вопросы для размышления и обсуждения	32

Будда как основатель традиции и его поиски	33
Введение	33
Кто такой Будда?	33
Тот, кто пробудился	33
Ранние годы	34
Четыре знака	34
Уход	36
Аскетизм	37
Медитация и Пробуждение	38
Учение	38
Кто ты?	40
Потенциально Вы Будда!	41
Обращение к Прибежищу	41
Вопросы для размышления и обсуждения	43
Мифический Будда	45
Введение	45
Архетипический символизм биографии Будды	45
Язык глубин	45
Значение архетипического символизма	47
Два вида истины	48
Примеры архетипического символизма	49
Чудо с близнецами	49
Лестница между небом и землей	50
Мировое Древо	51
Алмазный трон	52
События, сопровождающие Просветление	
Будды	52
Победа над Марой	52
Призвание в свидетели Богини-Земли	53
Просьба Брахмы	54
Царь змей	55
Вопросы для размышления и обсуждения	57
Будда, с которым мы можем вступить в контакт	58
Введение	58
В присутствии Будды	58
Преимущества	59
Пример из времен Будды	60
Восхваления Пингии о пути к дальнему берегу	61
Вопросы для размышления и обсуждения	64

Дхарма – Фундаментальный анализ:	
наша болезнь и предписания для лечения	65
Введение	65
Что такое Дхарма	65
За пределами любых представлений, практик или формулировок	65
Великие идеи, стоящие за Дхармой	66
Четыре благородные истины	67
Первая благородная истина	68
Вторая благородная истина	70
Страстное желание против здорового стремления	72
Эгоистичное цепляние	73
Третья благородная истина	74
Четвертая благородная истина	75
Вопросы для размышления и обсуждения	78
Многочисленные измерения Дхармы	79
Изобилие и многообразие	79
Путь систематических шагов	80
Что такое обращение к Прибежищу в Дхарме	81
Уверенность и преданность практике	81
Чувство правоты	82
Мифическое измерение	83
Чем не является обращение за Прибежищем в Дхарме	85
Не ограниченное одной формулировкой	85
Отсутствие догматизма и фундаментализма	86
Примечания	87
Вопросы для размышления и обсуждения	88
Сангха как средство развития	89
Введение	89
Сангха как средство достижения цели	
– история Мегии	90
Вопросы для размышления и обсуждения	94
Сангха как цель	95
Горизонтальное измерение духовной дружбы	95
Три друга	96
Сангха как сеть друзей	98
Три Драгоценности	100
Вопросы для размышления и обсуждения	102