

# Буддизм. Один учитель, много традиций

**Автор:**

Далай-лама Чодрон

Буддизм. Один учитель, много традиций

Далай-лама XIV

Тубтен Чодрон

Великие учителя современности

Книга написана с целью рассеять ошибочные представления о «чужих» буддийских традициях; показать, что все учения восходят к самому Будде. Его Святейшество Далай-лама и его ученица, буддийская монахиня Тубтен Чодрон, кратко и емко описывают все богатство философского и психологического наследия Будды. Книга также может послужить прекрасной опорой в личной практике – как нравственной самодисциплины, так и разных видов буддийской медитации. Книга адресована не только буддистам: чтобы пользоваться благами, которые приносит практика медитации, быть буддистом вовсе не обязательно, убежден Далай-лама.

Далай-лама и Тубтен Чодрон

Буддизм. Один учитель, много традиций

Предисловие Бханте Гунаратаны

Мы оба – и Далай-лама, и я – довольно рано занялись главным трудом своей жизни. Его Святейшество еще маленьким ребенком был признан лидером

тибетского буддизма – незадолго до того, как я в возрасте двенадцати лет стал монахом буддийской традиции тхеравада у себя на родине, на Шри-Ланке. Так для нас обоих примерно в одно и то же время сошлись причины и условия, благодаря которым мы вступили на путь сохранения и распространения мудрости Будды.

Я впервые встретился с Далай-ламой в 1956 году, в священном для буддистов месте Санчи. Это была одна из первых поездок Его Святейшества за границу – за три года до того, как он был вынужден бежать из Тибета. Вновь мы увиделись только в 1993 году, в Чикаго, на встрече Парламента мировых религий; и хотя мы встречаемся не очень часто, я всегда чувствую с Его Святейшеством внутреннюю связь – благодаря тем мудрости и справедливости, с которыми он делится своими познаниями по Дхарме. Поэтому, с глубокой признательностью и восхищением его мудростью, в начале этой книги я хочу сказать несколько слов о написанном Его Святейшеством и досточтимой Чодрон труде, посвященном нашей общей буддийской традиции.

Взгляды современных людей в целом шире, чем у тех, кто жил до нас. Хотя в мире присутствуют конфликты, сейчас, по мере укрепления нашей экономической и культурной взаимосвязи, возникает тенденция к объединению. Учитывая это, давно назрел вопрос о единстве буддистов. Хотя мы, буддисты тхеравады, уже давно встречаемся с представителями других буддийских традиций, но как только круглые столы или конференции подходят к концу, мы расходимся – и ничего не происходит.

Посвященные разным традициям книги, авторы которых устремляются к лучшему, показывают наши точки соприкосновения, но – возможно, из вежливости – мало говорят о различиях между нами. Нет нужды считать подобное указание на расхождения грубостью. Разные виды буддистов расходятся не только в вопросах вероучения – существуют также и культурные различия между разными странами. Даже в одной стране буддийские практики в разных регионах или группах различны. Способность честно окинуть взором разные традиции – здоровый признак нашей силы и искренности. В учениях Будды нечего скрывать. Данную работу необходимо похвалить за честное и систематичное исследование огромных сходств между палийской и санскритской традициями буддизма – и за отсутствие застенчивости при обсуждении тех многочисленных мест, где в учениях есть расхождения.

Хотя обсуждать наши различия – дело здоровое, неправильно было бы сосредоточиваться на них настолько, чтобы забыть об общем наследии. Как палийская, так и санскритская традиции приложили огромные усилия, чтобы укрепить мир за счет искреннего сохранения учения Будды. В обеих традициях вы редко встретите призывы к насилию в целях возвышения одной традиции над другой. Таким образом, религиозная политика полностью чужда учениям Будды – но, к сожалению, некоторые буддисты не в силах правильно практиковать то, чему учит их религия. Горячий интерес к «реальной» Дхамме иногда настолько силен, что люди забывают про основополагающее наставление Будды о том, как учить Дхамме, не создавая конфликтных ситуаций.

Здесь уместно было бы вспомнить сутту «Сравнение со змеей» (MN22), где ошибочное цепляние за Дхамму уподобляется ситуации, в которой мы поймали за хвост ядовитую змею. Если держать змею неправильно, она может нас укусить, что станет причиной смерти или болезни; но если схватить змею как надо, яд можно будет извлечь для медицинских целей, а змею отпустить, не причинив ей вреда. Таким образом, мы должны правильно понимать смысл Дхаммы, не цепляясь за нее. Неправильное отношение к учению или привязанность к нему могут отравить ум так же, как ядовитая змея отравляет тело – только яд в уме гораздо опаснее.

Если мы правильно поймем смысл Дхаммы, то сможем испытать так называемое чудо просвещения. Неведение настолько сильно и глубоко, что Будда сначала даже сомневался, сможет ли он разъяснить людям Дхамму и освободить их от страданий. Тем не менее он стал давать учения и благодаря своей мудрости превратил людей порочных в людей святых, злодеев – в людей добродетельных, а убийц – в миротворцев. Эта возможность измениться и есть волшебная сила просвещения.

Для того чтобы пережить это чудо просвещения на собственном опыте, мы должны заглянуть внутрь себя. Находящаяся внутри нас истина, которую мы способны переживать все время, называется Дхаммой. Именно эта Дхамма говорит нам: «Если хотите освободиться от бед, взгляните на меня. Позаботьтесь обо мне». Дхамма внутри нас постоянно к нам обращается – даже если мы ее не слушаем. Чтобы Дхамма существовала, буддам не обязательно являться в этот мир. Будды реализовали Дхамму и постигли ее смысл – и, реализовав ее, учат ей и провозглашают ее. Тем не менее независимо от того, объясняет ли кто-то Дхамму, она внутри нас – и ее можно увидеть и услышать, просто смыв налипшие на глаза песчинки и присмотревшись.

Стоит нам отказаться от алчности, как мы «приходим и видим» переживание покоя. Мы «приходим и видим» переживание покоя, как только отказываемся от ненависти. Мы должны развить привычку «приходить и видеть» то, что на самом деле происходит внутри нас, не указывая пальцем на других. Мы сохраняем и распространяем буддийскую традицию не только ради нее самой. Скорее, мы сохраняем передающиеся из поколения в поколения учения Будды, поскольку они утоляют страдания и ведут к счастью.

Когда мы исследуем основные традиции буддизма (как это сделано в данной книге), то видим, какое богатство культурных, социальных и духовных знаний они подарили миру. Эти знания предлагают нам глубокие прозрения в области психологии, философии и психического здоровья. Широкое признание этого факта привело к всеобщему осознанию важности медитации. Чтобы пользоваться благами, которые приносит эта практика, быть буддистом не обязательно.

Буддизм во всех своих формах привлекает внимание всего света благодаря своему мирному сосуществованию с другими религиями. Следуя этому ключевому учению Будды, каждый из нас должен быть посланником мира. Это то, что нас объединяет. Я бы хотел, чтобы эта книга помогла буддистам по всему миру отпустить цепляние за свои воззрения и вести друг с другом честный диалог, основанный на взаимном уважении. Пусть это поможет всем существам пережить истинность сокрытой внутри нас Дхаммы. Когда наш пыл в практике учения основан на любви, сострадании, радости и равенности, мы выполняем главный завет Будды – стремиться к миру.

Бханте Хенепола Гунаратана

Главный настоятель Bhavana Society

Хай Вью, Западная Вирджиния, США

Предисловие Бхикшу Тензина Гьяцо, Далай-ламы XIV

Благодаря великой доброте Будды, который преподавал Дхарму и основал Сангху, учения, указывающие путь к освобождению, были четко изложены – так, что живые существа могут им следовать. По мере того как буддизм распространялся сначала по полуострову Индостан, а затем и в других странах, появлялись различные буддийские традиции. В древности и даже в начале современной эпохи связь между представителями разных традиций была ограничена. Хотя кто-то, возможно, и слышал что-то о других течениях, возможности проверить точность имеющейся информации не было. Так сложились стереотипы, которые передавались из поколения в поколение.

В XXI веке благодаря развитию транспортных систем и связи мы, последователи Будды, можем знакомиться напрямую. Новые переводы дают нам возможность читать писания из разных канонов и комментарии великих мастеров каждой традиции. Поскольку доступные переводы до сих пор представляют собой лишь незначительную часть полного объема писаний, а общее собрание сутр и комментариев – это довольно обширный материал для чтения, мы представляем вам этот скромный труд в надежде, что он послужит мостом, который поможет нам начать знакомиться друг с другом.

У всех буддистов один учитель – Владыка Будда. Более тесные отношения друг с другом могли бы всем нам принести пользу. Мне очень посчастливилось встречаться со многими лидерами христианского, мусульманского, иудейского, индуистского, джайнского и сикхского миров, но при этом у меня было сравнительно мало возможностей пообщаться с великими учителями, йогинами и лидерами разных традиций буддизма. Большинство тибетских монахов, монахинь и мирян мало знают о других традициях; думаю, и последователи других традиций не слишком осведомлены о том, как буддизм практикует тибетская община. Представим, что наш Учитель – Будда – сегодня явился бы на нашу планету. Был бы доволен этим положением дел? Все мы, духовные дети Будды, говорим о своей любви к общему «родителю» – но почти не общаемся со своими братьями и сестрами.

К счастью, в последние годы эта ситуация стала меняться. Многие буддисты из Азии и стран Запада стали приезжать в Дхарамсалу, центр тибетского сообщества в изгнании. Некоторые тибетские монахи и монахини также посещают другие страны. Раньше мы практически не общались со своими братьями и сестрами из традиции тхеравады, однако и в этом многовековом разделении начинают появляться трещины. К примеру, меня посетили два проходивших обучение в индийском университете монаха из Мьянмы. Их

интересовал тибетский буддизм; они хотели расширить свои познания о буддизме в целом, оставаясь при этом практикующими собственной традиции. Я восхищаюсь их мотивацией и советую всем буддистам стремиться к более глубокому пониманию того, насколько обширны учения Будды. Благодаря этому мы лишь еще больше станем ценить его исключительные качества как Учителя, обладающего мудростью, состраданием и искусными средствами и ведущего всех нас к пробуждению.

Главная цель этой книги – помочь нам больше узнать друг о друге. Все буддисты принимают прибежище в Трех Драгоценностях; наши учения основаны на четырех истинах арья-сущест (дискомфорте дуккхи, его происхождении, прекращении и пути), трех высших тренировках (нравственном поведении, сосредоточении и мудрости) и четырех безмерных (любви, сострадании, радости и равностности). Все мы стремимся освободиться от сансары – цикла перерождений, который питают неведение и загрязненная карма. Изучение сходств и различий наших традиций поможет нам добиться большего единства.

Еще одна цель этой книги – устранить многовековые заблуждения в отношении друг друга. Некоторые практикующие тхеравады считают, что тибетские монахи не следуют винае (своду монашеских правил) и, практикуя тантру, занимаются сексом и пьют алкоголь. Меж тем тибетские практикующие думают, что в тхераваде отсутствуют учения о любви и сострадании, и считают последователей этой традиции эгоистичными. Китайские буддисты часто полагают, что тибетцы занимаются магией, а тибетцы полагают, что китайские буддисты в основном практикуют медитацию опустошения ума. Причина всех этих ошибочных представлений – нехватка информации. Мы предлагаем вам эту книгу в надежде, что она поможет сделать шаг к избавлению от этих заблуждений.

Сейчас, в двадцать первом веке, Восток и Запад, Юг и Север сближаются. Мы, буддийские братья и сестры, также должны сближаться и развивать взаимопонимание. Это принесет каждому из нас пользу, поможет сохранить и распространить Дхарму и станет примером религиозной гармонии для всего мира.

13 июня 2014 года

Представленная вашему вниманию книга – результат длительного и плодотворного сотрудничества между Его Святейшеством Далай-ламой XIV и его ученицей, буддийской монахиней (бхикшуни) Тубтен Чодрон. Работа над текстом началась в 1993 году и велась на протяжении многих лет; с течением времени текст стал настолько объемным, что авторы разделили его на два отдельных проекта: обзорный труд, рассматривающий три основные буддийские традиции, – именно его вы держите в руках – и многотомную серию, посвященную практическому описанию этапов пути к пробуждению для жителей современного мира. Первая работа, получившая название «Буддизм: один учитель, много традиций», благодаря упорному труду досточтимой Чодрон и помощи учителей из разных буддийских традиций была опубликована в 2014 году; за этим быстро последовали переводы на несколько языков, включая корейский, китайский, польский, французский, испанский, итальянский – и, наконец, русский.

В посвященной книге интервью журналу «Мандала» досточтимая Чодрон отмечает: «Замысел Его Святейшества состоял в том, чтобы рассеять свойственные некоторым ошибочные представления о чужих буддийских традициях; показать, что все учения восходят к самому Будде, и тем самым способствовать сближению буддийских линий». В то же время задача данного труда – не только показать общую основу существующих в мире буддийских традиций, но и продемонстрировать вдумчивому читателю отсутствие противоречий между философским осмыслением реальности и применением усвоенных идей в личной практике; именно поэтому часть книги посвящена обоснованию достижимости освобождения и пробуждения, а также описанию продвинутых уровней медитации сосредоточения и медитации прозрения. Все эти вещи, по мысли авторов, могут быть пережиты на личном опыте – даже в наше время; знакомство с представлениями разных традиций – не схоластическое упражнение, а способ укрепить личную практику и вдохновить друг друга на жизнь в духе ненасилия, сострадания и глубинной мудрости.

Сущность книги – рассмотрение так называемых «трех высших тренировок», которые выдающийся буддолог Роберт Турман называет «тремя видами образования»: нашим личным продвижением к этической самодисциплине (нравственности), пластичности внимания (сосредоточению) и особому уровню понимания реальности (мудрости). Таким образом, данная книга не только

поспособствует знакомству с разными традициями, но и может послужить прекрасной опорой в личной практике – как нравственной самодисциплины, так и разных видов буддийской медитации. К примеру, практикующий, получивший от квалифицированного учителя объяснения по практике четырех безмерных (любящей доброты, сострадания, радости и равностности), может обратиться к главе 11 данной книги и найти все необходимые для соответствующих медитаций сжатые напоминания и объяснения. Верно и обратное: современные буддийские учителя все чаще используют данный труд в качестве коренного текста, опираясь на него при объяснении таких значимых и сложных тем, как шестнадцать аспектов четырех истин, этическая самодисциплина, четыре установления памятования (четыре основы внимательности) и природа будды. Сама бхикшуни Чодрон за прошедшее с 2014 года время прочла несколько циклов лекций, посвященных подробному разъяснению трудных для понимания тем данной книги. Знакомство с аудио- и видеозаписями подобных учений или получение устных объяснений помогут разобраться с возникающими вопросами и понять, как применить содержащиеся в книге идеи на практике. Мы также надеемся, что русскоязычное издание поспособствует получению достоверной информации о разных традициях буддизма в университетской среде и послужит основой для групповых обсуждений в буддийских центрах, заинтересованных в последовательном изучении ключевых аспектов пути к пробуждению.

И Далай-лама, и бхикшуни Чодрон неоднократно посещали Россию и собственными глазами наблюдали за восстановлением систем буддийского образования в буддийских регионах России и ростом интереса к буддизму в новых для него географических пространствах. В связи с этим для нас особенно радостно представить русскоязычному читателю книгу, в которой авторы кратко и емко описывают все богатство философского и психологического наследия Будды и поощряют нас к активному диалогу между разными традициями. Подобный диалог, по словам досточтимой Чодрон[1 - Интервью Фонду «Сохраним Тибет», 7 мая 2017 года.], «позволит нам как буддийскому сообществу единогласно выступить против всего, что разрушает благополучие других».

Невозможно обойтись и без технического примечания: часть использованных в книге буддийских терминов может показаться опытному читателю немного непривычной. Работая над переводом, мы постарались максимально точно сохранить особую терминологию, которую бхикшуни Чодрон и команда англоязычных редакторов разработали специально для данного труда и семи последующих книг Далай-ламы, призванных максимально точно выразить его личный подход к объяснению этапов духовного пути. В рамках этой



терминологии вместо понятия «относительной и абсолютной истины» используется термин «условная и окончательная», вместо понятия «терпение» – термин «стойкость», и так далее. Многие из этих терминов будут знакомы читателям других книг бхикшуни Чодрон (к примеру, ее книги «Тренировка ума»); некоторые покажутся непривычными. Так или иначе, большинство терминов при первом упоминании сопровождаются исходным санскритским (и/или палийским) понятием, что помогает установить необходимые логические связи. При написании этих санскритских и палийских терминов мы отказались от латиницы и громоздких диакритических обозначений (которые многим русскоязычным читателям незнакомы) и использовали фонетический вариант, передающий общее звучание конкретного слова. Аналогичным образом, при написании китайских слов была использована система Палладия, а для японских терминов – система Поливанова. Читатель также заметит, что авторы снова и снова чередуют палийский и санскритский вариант написания многих распространенных понятий – к примеру, «камма» и «карма»; это чередование с течением времени позволяет привыкнуть к использованию обоих классических языков и научиться легко узнавать оба варианта.

Все неточности и ошибки, невольно проникшие в текст, целиком и полностью проистекают из неведения редактора русскоязычного текста; мы заранее приносим читателю свои искренние извинения за любые недочеты и надеемся, что данный бесценный труд – во многом самая сложная и объемная из книг Далай-ламы – вдохновит вас на знакомство с наследием Будды и увлекательный процесс изменения собственного ума.

## Вступление

К созданию книги, которая показывала бы общие и уникальные черты буддийских традиций, можно было подойти по-разному. Мы, буддисты, все склоняемся перед Буддой, совершаем подношения и исповедуемся в своих нравственных проступках. Мы медитируем, изучаем и читаем вслух сутры и слушаем учения. Во всех буддийских сообществах есть храмы, монастыри, места отшельничества и центры. Объяснение сходств и различий между этими внешними видами деятельности, безусловно, могло бы способствовать взаимопониманию.

Тем не менее эта книга сосредоточена на учениях – на общности представлений и уникальных философских положениях в традициях, которые мы называем «палийской» и «санскритской». Эти термины используются просто удобства ради; не следует считать, что эти две традиции однородны. Практики и учения обеих традиций восходят к самому Будде. Палийская традиция восходит к суттам и комментариям на пракритах, старосингальском и пали. Она опирается на палийский канон и в настоящее время главным образом распространена на Шри-Ланке, в Мьянме, Таиланде, Камбодже, Лаосе и в некоторых частях Вьетнама и Бангладеш. Санскритская традиция происходит от сутр и комментариев на пракритах, санскрите и языках Центральной Азии; она опирается на китайские и тибетские каноны. В настоящее время она главным образом практикуется в Тибете, Китае, Тайване, Корее, Японии, Монголии, Непале, Гималайском регионе, Вьетнаме и в некоторых регионах России. Обе традиции представлены в Малайзии, Сингапуре, Индонезии и Индии, а также странах Запада и Африки.

Хотя традиции пали и санскрита исходят от одного учителя – Будды, у них есть отличительные черты. Каждая внесла в развитие учения особый вклад и делает акцент на конкретных его аспектах. Кроме того, эти две традиции неоднородны. К примеру, буддизм Восточной Азии и тибетский буддизм на внешнем уровне проявляются совсем по-разному; но поскольку обе ветви исходят из одного и того же источника – сходного собрания санскритских текстов – и у них много общих представлений, обе они входят в так называемую «санскритскую традицию».

Темы этой книги в значительной степени описаны с наиболее распространенной в каждой традиции точки зрения. Эта точка зрения может отличаться от той, которую предлагают конкретные ветви традиции или конкретные учителя. В некоторых случаях нам пришлось выбрать один способ изложения из множества возможных. К примеру, в главе, посвященной бессамостности («не-я») из всех представлений санскритской традиции мы выбрали воззрение прасангики-мадхьямаки, описанное Цонкапой. В других случаях мы описывали конкретную тему – к примеру, тему бодхичитты – в соответствии с тибетскими представлениями, а уже затем указывали на отличительные особенности китайского подхода.

В обеих традициях существует огромный свод литературы, и принимать решения о том, что стоит включить в данную книгу, было непросто. Его Святейшество Далай-лама и я предпочли бы добавить или более подробно

объяснить множество тем, но тогда книга стала бы слишком объемной. Мы приносим свои извинения за то, что не можем обсудить широкий спектр взглядов, интерпретаций и практик в рамках каждой традиции, и просим проявить терпение, если конкретные темы, которые вы считаете важными, отсутствуют или описаны кратко. Цитаты из писаний, которые мы предпочли бы включить, также пришлось опустить из-за установленного объема книги – так же как и титулы с эпитетами.

Многие читатели этой книги, несомненно, будут иметь большие познания в собственной буддийской традиции. При чтении объяснений (или даже переводов текстов), отличных от вашей традиции, у вас может возникнуть мысль: «Это неверно!» В такие моменты вспоминайте: другие традиции, возможно, используют иные слова, чтобы выразить тот же смысл, что и ваша. Вспомните также о пользе, вытекающей из знания многообразия учений Будды.

По замыслу Его Святейшества, эта книга должна способствовать развитию взаимопонимания между буддистами во всем мире. Мне очень повезло, что он доверил мне это чрезвычайно благодетельное начинание. Большую часть учений, посвященных санскритской традиции, даровал Его Святейшество. Я взяла их из его публичных учений, а также из наших частных бесед, которые проходили на протяжении многих лет. Эти учения были переведены геше Лхакдором, геше Дорджи Дамдулом и геше Тубтенем Джинпой.

Соответствующую часть рукописи проверили геше Дорджи Дамдул и геше Дадул Намгьял. Среди источников, посвященных китайскому буддизму – работы таких китайских мастеров, как Цзун-ми, Иныиунь, Ханьпань Дэцин, Шисянь, Цзицзян, Тайсюй и Оу-и Чжисюй, а также беседы с бхикшу Хоукуанем, бхикшу Хуэйфэном, бхикшу Дхармами-трой, бхикшу Цзяньхуем, доктором Линь Чэнь-ко и доктором Ван Цзин-чуа-нем. Поскольку я была посвящена в бхикшуни на Тайване, у меня есть сердечная связь с китайской традицией. Чтение палийских сутт, трудов Буддагхоши, Дхаммапалы и учений современных авторов (таких как Леди Саядо, Ньянамоли Тхера, Ньянапоника Тхера, Сома Тхера, Бхиккху Бодхи и Бхиккху Аналайо), открыли мне глаза на красоту палийской традиции. Я изучила цикл из 123 посвященных «Мадджхима-никае» лекций Бхиккху Бодхи, и он с огромной щедростью разъяснил мне некоторые вопросы в личной переписке. Он также проверил те части этой книги, которые описывают палийскую традицию. Его Святейшество также просил меня посетить Таиланд, получить там учения и попрактиковать в местном монастыре, чему я посвятила две недели.

Пали и санскрит – языки лингвистически схожие, но не идентичные. Поскольку некоторые термины (к примеру, «медитативное сосредоточение») на русском языке звучат громоздко, иногда они приводятся на пали и санскрите – как, соответственно, «джхана» и «дхьяна». В некоторых главах палийские и санскритские представления о конкретных темах изложены в отдельных разделах; в других главах они представлены параллельно. Всякий раз, когда речь идет о палийской точке зрения, написание терминов приведено на пали; при обсуждении санскритской традиции использованы термины на санскрите. Когда в круглых скобках указаны два термина, первый из них приведен на пали, второй – на санскрите. Когда приведен только один термин, он либо одинаково звучит на обоих языках, либо соответствует той традиции, которая обсуждается в данном отрывке. Палийские и санскритские термины в скобках обычно приводятся только при первом упоминании слова. Когда палийские и санскритские термины используются без перевода, курсивом слово выделяется только в первый раз.

Термин «четыре благородные истины» был заменен более точным переводом – «четыре истины арьев», что часто сокращается просто до «четырех истин».

В тексте могут встретиться несколько русскоязычных терминов, которые будут отличаться от тех, что привычны последователям палийской традиции. Используя эти термины в первый раз, я постаралась привести и более привычный вариант. Также могут встретиться и незнакомые некоторым читателям варианты перевода санскритских понятий. Это неизбежно, и я прошу вас проявить терпимость.

Все ошибки, неувязки и любые неточности проистекают из моего собственного неведения – и здесь я также взываю к вашему терпению. Все это никоим образом не относится к словам Его Святейшества.

## Благодарность

Я выражаю глубокую благодарность нашему Учителю Будде: он даровал нам эти драгоценные учения Дхармы, что наполняют нашу жизнь смыслом и ведут нас к истинной свободе от дуккхи. Я также выражаю почтение линиям преемственности реализованных буддийских мастеров всех традиций,

благодаря которым Дхарма Будды процветает до сих пор.

В дополнение ко всем тем, чьи имена упомянуты выше, я глубоко признательна за помощь Самдонгу Ринпоче, геше Сонаму Ринчену, доктору Александру Берзину, Трэиси Трэшер, сотрудникам секретариата Его Святейшества, общине аббатства Шравасты, а также Тиму Макнилу и Дэвиду Киттельстрому из Wisdom Publications. Все знания возникают взаимозависимо, так что доброта и мудрые советы этих и многих других кальянамитр сделали данный труд неизмеримо лучше.

Если не указано иное, местоимение «я» в основном тексте книги всегда относится к Его Святейшеству.

Бхикшуни Тубтен Чодрон

Аббатство Шравасты

13 июня 2014 года

## Глава 1

### Происхождение и распространение буддийского учения

Все люди думают по-разному. У всех разные потребности, интересы и склонности практически во всех сферах жизни, включая религию. Как искусный учитель, Будда даровал различные учения, которые соответствовали бы многообразию живых существ. Мы рассмотрим развитие двух основных буддийских традиций, в которых эти учения содержатся – палийской и санскритской[2 - То, как используются эти термины, объяснено во вступлении.].

Сперва, однако, нужно рассмотреть историю жизни Будды Шакьямуни.

## Жизнь Будды

Согласно обеим традициям, Сиддхартха Гаутама был принцем из клана Шакьев. Он родился и вырос в V–VI веках до нашей эры поблизости от современной границы между Индией и Непалом. Он был добрым ребенком, чрезвычайно одаренным в искусствах и науках своего времени. В детстве Сиддхартха обособленно жил во дворце, но, повзрослев, отважился выйти за дворцовые стены. В городе он увидел больного человека, старика и труп, что побудило его задуматься о том, что природа жизни – страдания. Встретив нищенствующего монаха, он задумался о возможности освобождения от сансары, и потому в возрасте двадцати девяти лет покинул дворец, снял царский наряд и принял образ жизни странствующего монаха, живущего подаянием.

Сиддхартха учился у великих мастеров своего времени и освоил их методы медитации, но выяснил, что они не приводят к освобождению. Шесть лет он провел в лесу, практикуя суровую аскезу, однако понял, что истязание тела не приводит к обузданию ума, и тогда принял срединный путь – стал ради духовной практики поддерживать здоровье тела, не предаваясь при этом ненужным удовольствиям.

Сидя под деревом бодхи там, где сейчас находится Бодхгая, Сиддхартха дал себе слово не вставать с места, пока не достигнет полного пробуждения. В полнолуние четвертого лунного месяца он завершил процесс очищения ума от всех завес, развил все благие качества и стал полностью пробужденным буддой (саммасамбудда, самъяксамбудда). Ему было тридцать пять лет, и последующие сорок пять лет своей жизни он учил всех желающих тому, что познал на собственном опыте.

Будда давал учения мужчинам и женщинам из всех социальных слоев, рас и возрастных групп. Многие из них оставляли жизнь домохозяев и становились монахами; так образовалась община сангхи. Последователи Будды достигали реализации и становились искусными учителями, а затем делились своими познаниями с другими, таким образом распространяя учения по всей древней Индии. В последующие века Дхарма Будды распространилась на юге – на Шри-

Ланке; на западе – на территории нынешнего Афганистана; на северо-востоке – в Китае, Корее и Японии; на юго-востоке – в Азии и Индонезии; и на севере – в Центральной Азии, Тибете и Монголии. В последние годы множество центров по изучению Дхармы появилось в странах Европы, Северной и Южной Америки, в бывших советских республиках, в Австралии и в Африке.

Я чувствую глубинную связь с Буддой Гаутамой и испытываю глубокую благодарность за его учения и тот пример, который он всем нам подал. Он обрел невиданные прежде прозрения относительно того, как работает ум, и учил, что наше мировоззрение влияет на наш опыт; что переживания страдания и счастья не навязаны нам другими, а возникают вследствие неведения и омрачений нашего же ума. Освобождение и полное пробуждение – это также состояния ума, а не некая внешняя среда.

## Буддийские каноны и распространение дхармы

Колесница и путь – это синонимы. Хотя иногда эти понятия используют для обозначения последовательного набора духовных практик, с технической точки зрения они описывают сознание мудрости, объединенное с неизмысленным отречением.

Будда повернул колесо Дхармы, описав практики трех колесниц: колесницы слушателей (савакаяна, шравакаяна); колесницы самостоятельно-реализованных (паччекабуддаяна, пратьекабуддаяна) и колесницы бодхисаттв (бодхисаттаяна, бодхисаттваяна). Согласно санскритской традиции, различия между тремя колесницами состоят в мотивации, направленной на достижение конкретной цели, в выборе основного объекта медитации и в количестве заслуг и времени, необходимых для достижения цели. Учения и практики всех трех колесниц представлены как в палийской, так и в санскритской традиции. В целом, те, кто практикует колесницу слушателей, в основном следуют палийской традиции, а те, кто практикует колесницу бодхисаттв, – санскритской. В наши дни в мире вряд ли найдется последователь колесницы самостоятельно-реализованных.

За несколько веков после ухода Будды его учения широко распространились в Индии. На Шри-Ланку из Индии их принесли сын и дочь царя Ашоки; случилось это в III веке до нашей эры. Ранние сутты передавались изустно бханаками –

монахами и монахинями, чья работа заключалась в заучивании сутт. Согласно ланкийским источникам, эти сутты были записаны примерно в первом веке до нашей эры – так и оформилось то, что мы сейчас называем палийским каноном. На протяжении веков создавался свод комментариев к этим текстам; этот процесс начался в Индии, а позже свой вклад в него внесли сингальские монахи, писавшие на старосингальском. В V веке великий переводчик и комментатор Буддагхоша составил свод древних комментариев и перевел их на пали. Он также написал свой знаменитый труд «Висуд-дхимагга» и многочисленные комментарии. Другой монах из южной Индии, Дхаммапала, который жил на столетие позже, также написал много комментариев на пали. Сегодня пали – это язык священных писаний, объединяющий всех буддистов тхеравады.

Санскритская традиция возникла в первом веке до нашей эры и постепенно распространилась по всей Индии. Индийские философские системы – вайбхашика, саутрантика, йогачара (также известная как читтаматра или виджнянавада) и мадхьямака – развивались по мере того, как ученые формировали разные мнения по вопросам, не разъясненным четко в сутрах. Хотя многие положения в палийской традиции в той или иной мере согласуются с одной из четырех перечисленных выше философских школ, полностью отождествлять ее ни с одной из них нельзя.

Со временем появилось несколько монастырских университетов – Наланда, Одантапури и Викрамашила – где вместе учились и практиковали буддисты, придерживающиеся разных традиций и философских школ. В древней Индии был широко распространен обычай философских диспутов: проигравшие должны были перейти в школу победителей. Буддийские мудрецы разрабатывали логические доводы и логические цепочки, которые позволили бы доказать справедливость буддийской доктрины и отклонить философскую критику со стороны не-буддистов. Знаменитые участники диспутов также были великими практикующими. Безусловно, не все буддийские практикующие были заинтересованы в таком подходе; многие предпочитали изучать сутры или медитировать в отшельничестве.

В настоящее время существуют три канона: палийский, китайский и тибетский; санскритский канон в Индии составлен не был. Каждый из канонов делится на три «корзины» (питака), или категории учений, которые соотносятся с тремя высшими тренировками. Корзина винаи отвечает главным образом за свод монашеских правил поведения, корзина сутр придает особое значение медитативному сосредоточению, а корзина абхидхармы в основном посвящена



мудрости.

Китайский канон был впервые опубликован в 983 году; позже было опубликовано несколько других вариантов. В настоящее время стандартным изданием считается «Тайсе синею дайзоке», опубликованное в Токио в 1934 году. Оно состоит из четырех частей: (1) сутры, (2) виная, (3) шастры (трактаты) и (4) дополнительные тексты, исходно написанные на китайском языке. Китайский канон очень обширен; в нем много текстов, также входящих и в палийский, и в тибетский каноны. В частности, агама в китайском каноне соответствуют первым четырем никаям из канона палийского.

Тибетский канон был отредактирован и систематизирован Будоном Ринпоче в XIV веке. Первая версия тибетского канона была опубликована в Пекине в 1411 году. Последующие издания были опубликованы в тибетском Нартанге (в 1731-1742 годах), а затем в Дерге и Чоне. Тибетский канон состоит из Кангьюра, собрания слов Будды в 108 томах, и Тенгьюра, великих индийских комментариев в 225 томах. Большинство из этих текстов были переведены на тибетский непосредственно с индийских языков (в основном с санскрита), но некоторые – с китайского и языков Центральной Азии.

## Палийская традиция

Буддизм распространился на Шри-Ланке, в Китае и Юго-Восточной Азии за много веков до того, как проник в Тибет. Вам, как нашим старшим братьям и сестрам, я выражаю свое почтение.

Современная тхеравада произошла от стхавиравады, одной из восемнадцати школ древней Индии. По всей видимости, название «тхеравад» не использовалось для обозначения какой-либо индийской школы – пока буддизм не пришел на Шри-Ланку. Сингальская историческая хроника «Дипавамса» использовала термин «тхеравада» в IV веке, описав им живущих на острове буддистов. В тхераваде существовало три подгруппы, у каждой из которых был монастырь с тем же названием: Абхаягири (Дхармаручи), Махавихара и Джетавана. У последователей тхеравады группы абхаягири были тесные связи с Индией, и потому они заимствовали много санскритских элементов. Приверженцы джетаваны делали то же самое, но в меньшей степени, а

последователи махавихары сохраняли ортодоксальные учения тхеравады. В XII веке король Шри-Ланки упразднил традиции абхаягири и джетаваны и объединил их монахов с махавихарой, которая с тех пор стала главной школой.

Буддизм сильно пострадал после того, как ланкийская столица пала под натиском армии Чолов в 1017 году. Монашеские ордена бхиккху и бхиккхуни были уничтожены, однако позже король Шри-Ланки восстановил институт бхиккху, пригласив для передачи обетов монахов из Бирмы. Буддийская Дхамма снова расцвела на Шри-Ланке, и страна стала считаться мировым центром тхеравады. Когда учение тхеравады или линия монашеского посвящения в одной из стран сильно ослабевали, лидеры страны могли для передачи обетов пригласить монахов из другой тхеравадинской страны. Такой подход используется до сих пор.

В конце XVIII века тайский король Рама I стал избавлять буддизм от элементов брахманизма и тантрических практик, хотя их следы можно увидеть и сегодня – во дворе многих буддийских храмов в Таиланде встречаются статуи четырехликого Брахмы. Король Рама IV (1851–1868 годы), который до восхождения на престол почти тридцать лет был монахом, собственными глазами видел упадок монашеской дисциплины и буддийского образования. Он начал процесс обширных реформ в сангхе: позаимствовал линию передачи обетов из Бирмы; основал дхаммаюттика-никаю; объединил другие школы в маханикаю; предписал обеим школам строже соблюдать монашеские заповеди и поставил обе под контроль общего органа духовной власти. Реформируя монашеское образование, он написал серию учебников, в которых использовал более рациональный подход к Дхамме и убрал элементы небуддийской народной культуры, которые с тайским буддизмом оказались связаны. Власть в Таиланде стала более централизованной, и правительство взяло на себя полномочия назначать наставников, которым разрешено было передавать монашеские обеты. Закон о Сангхе 1902 года учредил Высший совет сангхи (Махатхера Самакхом) во главе с сангхараджешч таким образом все монахи оказались под властью короля. Брат короля Рамы V, принц Вачираян, написал новые учебники, которые стали основой для национальных экзаменов сангхи. Такие экзамены способствовали улучшению качества монашеских знаний, а также выделяли монахов, которые могли затем продвигаться в духовной иерархии.

Дхамекх-ступа, место, где Будда преподавал свое первое учение. Сарнатх, Индия

Колониализм навредил буддизму на Шри-Ланке, но интерес нескольких выходцев с Запада – особенно теософов Елены Блаватской и Генри Олкотта – побудил таких буддистов-мирян, как Анагарика Дхаммапала, на более рациональное описание буддизма и общение с буддистами из других стран. В деле взаимодействия с колониализмом и создания независимой нации буддизм стал для ланкийцев объединяющей идеей.

В Бирме (ныне Мьянма) колониализм не так сильно навредил буддизму и даже побудил короля попросить монахов учить при дворе медитации випассаны. Вскоре медитации стали обучаться миряне из всех социальных классов. Монахи Леди Саядо (1846–1923 годы) и Мингон Саядо (1868–1955 годы) основали центры медитации для мирян, а Махаси Саядо (1904–1982 годы) передал свои учения учителям-мирянам. Этот стиль медитации теперь популярен в Мьянме.

Способы выбора сангхараджи различны. В Таиланде, как правило, он назначается королем; в других странах используется принцип монашеского старшинства или полудемократический процесс. Полномочия сангхарадж также различны: некоторые из них остаются лишь номинальными главами сангхи; другие, как, например, покойный Маха Гхосананда из Камбоджи, пользуются большим влиянием – благодаря своей практике, благотворительной деятельности и продвижению социальных изменений. Тайский сангхараджа – должность, которая существует с XVIII века; она встроена в национальную иерархию. Сангхараджа занимается важными для сангхи вопросами и обладает юридической властью над монахами. Он сотрудничает со светским правительством, а помогает ему Высший совет сангхи. В Камбодже должность сангхараджи была упразднена во время правления «красных кхмеров», а в 1981 году восстановлена.

Во многих странах национальные правительства проводили реформы, побочным эффектом которых было ослабление традиционной роли представителей сангхи как учителей и врачей – их вытесняли светские системы современного образования и медицины. В результате монахам тхеравады, а также их собратьям в странах, следующих санскритской традиции, пришлось в условиях модернизации переосмыслить свою роль в обществе.

## Буддизм в Китае

Буддизм проник в Китай в первом веке нашей эры – сначала благодаря Шелковому пути, который пролегал сквозь страны Центральной Азии (где тогда процветал буддизм), а затем по морю из Индии и Шри-Ланки. Ко второму веку в Китае уже существовал один буддийский монастырь; велась работа по переводу текстов на китайский язык. В ранних переводах использовалась непоследовательная терминология, что вело к некоторому недопониманию буддийской мысли, но к пятому столетию терминология в большей степени устоялась. Кроме того, в начале пятого века было переведено большее число текстов винаи. На протяжении многих веков императоры спонсировали переводческие группы, и потому на китайский язык было переведено множество буддийских сутр, трактатов и комментариев из Индии и Центральной Азии.

Буддизм в Китае представлен разнообразными школами. Некоторые воззрения и практики разделяют все школы, но другие остаются уникальной частью школ конкретных. Некоторые школы выделяются на основе своей философской системы; другие на основе стиля практики, третьи – главных текстов. С исторической точки зрения в Китае возникли десять крупных школ.

1. Школа чань (яп. дзен) была в начале VI века принесена в Китай индийским мастером медитации Бодхидхармой. Он был двадцать восьмым индийским патриархом и первым китайским патриархом этой школы. В настоящее время существуют два направления школы чань: линьцзи (яп. риндзай) и цаодун (яп. сото). Линьцзи в первую очередь используют хуатоу (коаны) – ставящие в тупик утверждения, побуждающие практикующего выйти за пределы концептуального ума; в этой школе говорится о внезапном пробуждении. Цаодун уделяет больше внимания «простому сидению» и использует постепенный подход.

Ранние мастера чань опирались на «Ланкаватара-сутру» и на сутры праджняпарамиты, такие как «Важраччхедика-сутра». Позже они также заимствовали представление о татхагатагарбхе, или «сущности будды». В китайской школе чань популярна и «Шурангама-сутра». В настоящее время большинство корейских последователей чань и некоторые из числа китайских изучают мадхьямаку – философию срединного пути. Ключевую роль в распространении школы дзен в Японии XIII века сыграли Догэн Дзэндзи и Меан Эйсай.

2. Школа Чистой Земли (кит. цзинту, яп. дзедо) опирается на три сутры Чистой Земли – на малую и обширную «Сукхавативьюха-сутры» и на «Амитаюрдхьяна-сутру». В этой школе особый упор делается на повторении имени Будды Амитабхи и на том, чтобы возносить истовые молитвы о перерождении в его чистой земле, где есть все необходимые условия для практики Дхармы и достижения полного пробуждения. Чистую Землю можно также рассматривать как чистую природу нашего собственного ума. Китайские мастера, такие как Чжи, Ханыиань Дэцин и Оу-и Чжисюй, писали комментарии к практике Чистой Земли, где рассматривали возможность достижения безмятежности и постижения природы реальности при помощи медитации на Амитабхе. После IX века практика Чистой Земли была включена во многие другие китайские школы, и сегодня во многих китайских монастырях практикуют как чань, так и учения Чистой Земли. В конце двенадцатого века Хонэн принес учения Чистой Земли в Японию.

3. Тяньтай (яп. тэндай) основана Хуэйсы (515–576 годы). Его ученик Чжи (538–597 годы) описал последовательное продвижение в практике, которая начинается с простого и ведет к самым глубоким уровням. Высшие учения в этой школе основаны на «Саддхарма-пундарика-сутре», «Махапаринирвана-сутре» и трактате Нагарджуны «Махапраджняпарамита-упадеша». Эта школа стремится к равновесию между учебой и практикой.

4. Школа хуаянь (яп. кэгон) основывается на «Аватамсака-сутре», переведенной на китайский язык около 420 года. Великими мастерами школы хуаянь были Душунь (557–640 годы) и Цзун-ми (781–841 годы). Эта школа делает упор на взаимозависимости всех людей и явлений и взаимопроникновении их миров. Человек влияет на мир, а мир влияет на человека. Философия хуаянь также придает особое значение деятельности, которую бодхисаттвы осуществляют в этом мире ради блага всех существ.

5. Школа саньлунь (яп. санрон), или мадхьямаки, была основана великим индийским переводчиком Кумарадживой (334–413 годы) и в первую очередь основывается на «Муламадхьямака-карике» и «Двадшаникая-шастре» Нагарджуны и «Шатака-шастре» Арьядевы. Иногда четвертым главным текстом

школы саньлунь называют «Махапрадж-няпарамита-упадешу» Нагарджуны. Это направление опирается на сутры праджняпарамиты и в соответствии с «Акшайматинирдеша-сутрой» утверждает, что именно они раскрывают истинный смысл учения Будды.

6. Школа йогачары (кит. фасын, яп. хоссо) основана на «Сандхинирмочана-сутре», на шастрах «Йогачарабхуми» и «Виджняптиматрасиддхи» и на других трактатах Майтреи, Асанги и Васубандху. Сюань-цзан (602–664 годы) перевел эти важные тексты и создал школу после своего возвращения из Индии.

7. Школа ваджраяны (кит. чжэньянь, яп. сингон) основана на сутрах «Махавайрочана», «Ваджрашекхара», «Адхьярдхашатика-праджнапарамита» и «Сусиддхикара», которые объясняют практику йога-тантры. Эта школа не была широко распространена в Китае, а в Японию ее привез Кукай (774–835 годы); там она существует до сих пор.

8. Школа винаи (кит. люй, яп. риссю) была основана Даосюанем (596–667 годы). В целом она основывается на винае Дхармагуптаки, переведенной на китайский язык в 412 году. На китайский язык также были переведены четыре других собрания винаи.

9. Школа сатьясиддхи (кит. чэнгии, яп. дзедзицу) основана на «Сатьясиддхи-шастре». Этот текст написан в стиле Абхидхармы; среди прочего, в нем обсуждается представление о пустотности. Некоторые считают, что этот текст делает упор на колеснице шравак; другие утверждают, что он соединяет колесницу шравак с колесницей бодхисаттв. Эта школа до нашего времени не сохранилась.

10. Школа абхидхармы (кит. цзюйшэ, яп. куся) основана на тексте Васубандху «Абхидидхармакоша». В Китае она появилась благодаря Сюаньцзану. Хотя эта школа и была популярна во времена династии Тан (618–907 годы), в золотой век буддизма, сейчас она малочисленна.

Некоторые из этих десяти направлений китайского буддизма по-прежнему существуют как отдельные школы. Учения и практики течений, не сохранившихся до сегодняшнего дня, были включены в школы действующие. Хотя в настоящее время отдельной школы винаи не существует, практика винаи была интегрирована в другие направления китайского буддизма; сангха процветает на Тайване, в Корее и во Вьетнаме. Несмотря на то что таких отдельных школ, как абхидхарма, йогачара и мадхьямака, уже нет, их философию продолжают изучать и практиковать в школах, возникших в самом Китае, а также в Корее, Японии и Вьетнаме.

Общественные перемены начала XX века вызвали в Китае реформу и обновление буддизма. Вместе с падением династии Цин в 1917 году пришел конец и покровительству и поддержке, которые сангхе оказывал императорский двор. Новое правительство и военные и учебные заведения захотели конфисковать имущество монастырей, чтобы использовать его в светских целях. Буддистам пришлось задуматься о том, какую роль буддийская Дхарма могла бы играть в новых условиях, во взаимодействии с наукой и зарубежными культурами.

На эти социальные изменения все ответили по-разному. Тайсюй (1890–1947 годы) – пожалуй, самый известный китайский монах того времени – оживил изучение мадхьямаки и йогачары и создал для сангхи новые учебные институты, где применялись современные методы обучения. Он также позаимствовал лучшие аспекты светских познаний и призывал буддистов больше интересоваться жизнью общества. Путешествуя по Европе и Азии, Тайсюй встречался с буддистами из других традиций и учредил филиалы Всемирного института изучения буддизма. Он побуждал китайцев учиться в Тибете, Японии и на Шри-Ланке, а также создал в Китае курсы, где изучали тибетские, японские и палийские писания. Тайсюй также сформулировал принципы гуманистического буддизма, в котором практикующие стремятся очистить мир, прямо сейчас осуществляя деяния бодхисаттв, а также очищают свой ум посредством медитации.

Несколько молодых китайских монахов изучали буддизм в Тибете в 1920-х и 1930-х годах. Ученик Тайсюя Фацзун (1902–1980 годы) был монахом в монастыре Дрепунг, где изучил, а затем перевел на китайский язык несколько великих индийских трактатов и некоторые из произведений Цонкапы. Монах Нэнхай (1886–1967 годы) также учился в монастыре Дрепунг и, вернувшись в Китай, основал несколько следующих учению Цонкапы монастырей. Бисун (также

известный как Син Сучжи, р. в 1916 году) тоже учился в монастыре Дрепунг, и в 1945 году стал первым китайским гешелхарампой.

Ученый Лучэн составил список работ из тибетского и китайского канона, которые требовали перевода (соответственно, на китайский и тибетский), чтобы расширить объем доступных китайским и тибетским практикующим и ученым буддийских материалов. В первой половине XX века китайские буддисты-миряне проявляли повышенный интерес к тибетскому буддизму, особенно к тантре, и потому пригласили в страну нескольких учителей из Тибета. Тибетские учителя и их китайские ученики в основном переводили тантрические тексты.

Ученик Тайсюя Иныиунь (1906–2005 годы) был эрудированным ученым, который изучал сутры и комментарии из палийского, китайского и тибетского канонов. Иныиунь много писал; самого его особенно привлекали объяснения Цонкапы. Благодаря тому, что он делал больший упор на мадхьямаку и сутры праджняпарамиты, многие китайские буддисты вновь заинтересовались этими учениями. Он разработал схему основных философских систем, представленных на сегодняшний день в китайском буддизме:

1) «Ложный и иллюзорный только-ум» (кит. вэйши) – воззрение йогачары.

2) «Истинный постоянный только-ум» (кит. чжэнь жу) – учение о татхагатагарбхе, которое популярно в Китае и оказывает сильное влияние на традиции практики.

3) «Пустотная природа, простое название» (кит. бань жо) – воззрение мадхьямаки, основанное на сутрах праджняпарамиты.

Иньшань также поощрял развитие «гуманистического буддизма».

## Буддизм в Тибете

Тибетский буддизм корнями восходит к индийским университетам, таким как Наланда. С первых веков нашей эры и до начала XIII века Наланда и другие



монастырские университеты состояли из множества всесторонне образованных ученых и практикующих, которые делали упор на разных сутрах и придерживались различных буддийских философских систем.

Буддизм впервые пришел в Тибет в VII веке благодаря двум женам тибетского монарха Сонгцэна Гампо (605 или 617–649 годы). Одна была принцессой из Непала, другая – принцессой из Китая; обе привезли в Тибет буддийские статуи. Вскоре были привезены и буддийские тексты (на санскрите и китайском). С конца VIII века тибетцы стали отдавать предпочтение текстам, пришедшим непосредственно из Индии; именно они и составили основную часть буддийской литературы, переведенной на тибетский язык.

Расцвет буддизма в Тибете произошел во время правления короля Трисонга Децена (756–800 годы), который пригласил из Наланды монаха, философа-мадхьямика и мастера логики Шантаракшиту и индийского тантрического йогина Падмасамбхаву. Шантаракшита посвятил в монахи несколько тибетцев, таким образом создав в Тибете сангху, а Падмасамбхава передал тибетцам тантрические посвящения и учения.

Шантаракшита также посоветовал царю организовать перевод буддийских текстов на тибетский язык. В начале IX века было выполнено множество переводов, а комиссия тибетских и индийских ученых стандартизировала многие термины и составила санскритско-тибетский глоссарий. Тем не менее во время правления царя Лангдармы (838–842 годы) буддизм стал подвергаться гонениям; монастыри закрывались. Поскольку тексты Дхармы больше не были доступны, практика людей стала фрагментарной – они больше не знали, как правильно практиковать все различные учения в качестве единого целого.

В решающий момент в Тибет был приглашен Атиша (982-1054 годы), ученый и практикующий из традиции Наланды. Он даровал в Тибете множество учений. Для того чтобы устранить ошибочные представления, Атиша написал «Бодхипатхапрадипу», где объяснил, что учения сутр и тантр можно практиковать систематически и так, чтобы они друг другу не противоречили. В результате люди пришли к пониманию того, что монашеская дисциплина винаи, идеал бодхисаттвы в сутраяне и преобразующие практики ваджраяны можно практиковать так, чтобы они друг друга дополняли. Вновь были построены монастыри; в Тибете снова начался расцвет Дхармы.

Буддийские учения, существовавшие в Тибете до прихода Атиши, стали известны как ньингма, или школа старых переводов. Новые линии передачи учения, возникшие в Тибете в начале XI века, стали называться школами новых переводов (сарма); постепенно сформировались традиции кадам, кагью и сакья. Линия кадам в итоге стала известна как традиция гелуг. Все четыре тибетских буддийских традиции, что существуют сегодня, – ньингма, кагью, сакья и гелуг – делают упор на колесницу бодхисаттв, следуя как сутрам, так и тантрам, и придерживаются воззрения мадхьямаки. Следуя примеру Шантаракшиты, многие тибетские монахи (ни) в дополнение к медитации занимаются тщательным изучением Дхармы и упражняются в ведении дебатов.

К сожалению, все еще сохраняются возникшие в прошлом неправильные названия, такие как «ламаизм», «живой будда» и «король-бог». Европейцы, которые познакомились с тибетским буддизмом в XIX веке, назвали эту традицию ламаизмом. Первыми этот термин ввели в обращение китайцы – возможно, потому, что видели в Тибете много монахов и ошибочно решили, что все эти монахи – ламы (то есть учителя). Может быть, они также видели то уважение, с которым ученики обращались к своим учителям, – и ошибочно предположили, что ученики учителям поклоняются. В любом случае, называть тибетский буддизм ламаизмом не следует.

Ламы и тулку (признанные воплощения духовных мастеров) пользуются в тибетском обществе уважением; однако в некоторых случаях эти титулы просто описывают некое социальное положение. Использование слов «тулку», «ринпоче» или «лама» применительно к некоторым людям привело к коррупции. Меня огорчает то, что люди приписывают этим титулам такое большое значение. Главное в буддизме – не социальный статус; гораздо важнее проверить компетентность человека и его качества – и лишь тогда называть его своим духовным наставником. Учителя должны усердно практиковать и быть достойными уважения независимо от того, есть ли у них какие-либо титулы.

Некоторые люди ошибочно решили: если тулку признаны воплощениями великих буддийских мастеров прошлого, они, должно быть, будды; потому их и стали называть «живыми буддами» (кит. хофо). Однако далеко не все тулку – это бодхисаттвы, а тем более будды.

Эпитет «король-бог», скорее всего, впервые был использован в каком-то западном издании; так было описано положение Далай-ламы. Поскольку тибетцы считают Далай-ламу воплощением Авалокитешвары – бодхисаттвы

сострадания, журналисты решили, что он подобен «богу»; а так как Далай-лама – политический лидер Тибета, его стали считать «королем». Тем не менее поскольку в настоящее время должность Далай-ламы занимаю я, я все время напоминаю людям, что я простой буддийский монах – и не более. Далай-лама – не бог; а поскольку Центральная Тибетская администрация сейчас расположена в Дхарамсале в Индии, и возглавляет ее премьер-министр, Далай-лама также и не король.

Некоторые также ошибочно сравнивают положение Далай-ламы с тем, которое занимает Папа Римский. Четыре основные тибетские традиции и их ответвления существуют более или менее независимо. Настоятели, ринпоче и другие уважаемые учителя иногда встречаются для обсуждения вопросов, представляющих взаимный интерес – при содействии департамента религии и культуры Центральной Тибетской администрации. Далай-лама их решения не контролирует. Кроме того, Далай-лама не возглавляет ни одну из четырех традиций. Во главе школы гелуг стоит Ганден Трипа, и это сменяемая позиция; в других школах существуют свои собственные методы выбора лидеров.

## Наши сходства и различия

Иногда люди ошибочно считают, что тибетский буддизм, особенно ваджраяна, стоит особняком от всего остального буддизма. Когда я много лет назад посещал Таиланд, некоторые поначалу сочли, что у тибетцев совсем другая религия; но когда мы стали вместе обсуждать винаю, сутры, абхидхарму и такие темы, как тридцать семь факторов пробуждения, четыре сосредоточения, четыре нематериальных поглощения, четыре истины арьев и благородный восьмеричный путь, то увидели, что у тхеравады и тибетского буддизма много общих практик и учений.

С китайцами, корейцами и многими вьетнамскими буддистами тибетцев объединяют монашеская традиция, нравственные обеты бодхисаттв, санскритские писания и практики Ами табхи, Авалокитешвары, Манжушри, Самантаб-хадры и Будды Медицины. Тибетские и японские буддисты при встрече обсуждают обеты бодхисаттвы и такие сутры, как «Саддхармапундарика-сутра». С японской школой сингон нас объединяют тантрические практики мандалы Ваджрадхату и Вайрочаны-абхисамбодхи.

## Лежащий Будда. Таиланд

Хотя в текстах, входящих в каждый канон, есть различия, в представленном в них материале существует и значительное число совпадений. В последующих главах мы рассмотрим некоторые из этих пунктов более подробно, а здесь я приведу лишь некоторые примеры.

Будда подробно разъяснил недостатки гнева и противоядия от него в палийских суттах (к примеру, SN11:4-5); им вторят учения о преодолении гнева в «Бодхичарьяватаре» Шантидевы. В одной сутте (SN4:13) приводится история о том, как Будда порезал ногу каменным осколком и ощутил сильную боль – но не стал по этому поводу сокрушаться. На подстрекательство Мары Будда ответил: «Я ложусь с сердцем, полным сострадания ко всем существам». Такое сострадание возникает во время практики «принятия и даяния» (тиб. тонглен), преподанной в санскритской традиции. В этом методе практикующий представляет, что принимает на себя страдания других и отдает другим собственное счастье.

Кроме того, альтруистическое намерение бодхичитты, столь важное в санскритской традиции, – это продолжение четырех брахмавихар, или четырех безмерных, преподанных в каноне палийском. Общими для палийской и санскритской традиций являются многие совершенства (парами, парамита). Качества любого будды, такие как десять сил, четыре бесстрашия и восемнадцать особых качеств пробужденного, описаны в текстах обеих традиций. И там, и там говорится о непостоянстве, неудовлетворительной природе, бессамостности и пустотности. Санскритская традиция считает, что содержит в себе учения палийской и дополнительно разъясняет определенные ключевые моменты – к примеру, истинное прекращение в соответствии с сутрами праджняпарамиты и истинный путь в соответствии с сутрами татхагатагарбхи и некоторыми тантрами.

Термины «тайский буддизм», «буддизм Шри-Ланки», «китайский буддизм», «тибетский буддизм», «корейский буддизм» и т. д. – просто общепринятое обозначение. В любом случае буддизм в каждой из этих стран неоднороден и

содержит много буддийских практик из разных течений и философских систем. В каждом течении есть свои подгруппы, состоящие из монастырей или учителей с различными взглядами. Некоторые из этих подгрупп делают упор на учебе, другие на медитации. Одни делают упор на практике безмятежности (саматха, шаматха), другие на практике прозрения (зипассана, випашьяна); третьи практикуют их вместе.

Хотя в одной стране может присутствовать много традиций, и одна традиция может быть распространена во множестве стран. Тхераваду практикуют на Шри-Ланке, в Таиланде, Мьянме, Лаосе и Камбодже; также она встречается во Вьетнаме. В странах тхеравады некоторые следуют учениям раннего буддизма (собственно суттам), не очень полагаясь при этом на комментарии, – а другие следуют объяснениям, приведенным в традиционных комментариях. Даже монашеские одежды в одной стране или в одной традиции могут различаться.

Аналогичным образом, чань практикуют в Китае, Тайване, Корее, Японии и Вьетнаме. Хотя последователи этой школы во всех этих странах опираются на одни и те же сутры, их учения и стиль медитации между собой различаются.

В западных странах представлен буддизм множества разных традиций и стран. Некоторые группы состоят в основном из иммигрантов из Азии; их храмы оказываются одновременно религиозными и общественными центрами, где люди могут поговорить на своем родном языке, поесть знакомой пищи и научить детей родной культуре. Другие группы на Западе состоят в основном из новообращенных западных последователей. Некоторые центры посещает смешанная аудитория.

Мы – последователи Будды, а потому давайте помнить об этом многообразии и не думать, что все, что мы о другой традиции слышим или узнаем, применимо ко всем ее представителям. Аналогичным образом, не все, что слышим о практике буддизма в той или иной стране, относится ко всем ее традициям или храмам.

Действительно, мы огромная и разнообразная буддийская семья, и следуем мы учениям одного мудрого и сострадательного учителя – Будды Шакьямуни. Я считаю, что разнообразие – одна из наших самых сильных сторон. Именно оно позволило буддизму распространиться по всему миру и принести пользу миллиардам людей на этой планете.

## Глава 2

### Прибежище в Трех Драгоценностях

Все буддийские традиции согласны: чтобы стать буддистом, необходимо принять прибежище в Трех Драгоценностях. Хотя люди могут прийти к этому по разным причинам, устойчивое принятие прибежища возникает благодаря знанию и пониманию учений на основе рассуждений и непосредственного опыта, которые укрепляют нашу уверенность в истинности учений Будды.

Будда в первую очередь направляет нас за счет того, что описывает путь к освобождению и пробуждению. В «Самадхираджа-сутре» сказано:

Будды не смывают скверн водой,

Не устраняют дуккху существ руками,

Не переносят на других своих познаний;

Они ведут к освобождению посредством учений об истинной природе реальности.

Мы должны следовать этому пути и самостоятельно его практиковать – никто другой за нас это сделать не в силах. Сам Будда призывал нас понять его учение, а не слепо ему следовать. Это особенно важно в XXI веке, когда грамотность и образование широко распространены, а люди уже не довольствуются слепой верой. Теперь людям стали доступны тексты множества религий, и если молодое поколение сочтет объяснения буддистов старшего поколения поверхностными, неадекватными или суеверными, убедить его не удастся. Для того чтобы принести пользу будущим поколениям, мы должны прилежно учиться и правильно практиковать Дхарму, а затем учить ей других, на примере собственной жизни демонстрируя пользу от практики учений Будды.

Для правильного принятия прибежища у нас должно быть четкое представление о том, что такое Три Драгоценности. Для этого, в свою очередь, важно понимать четыре истины арьев. На основе принятия прибежища мы продолжим учиться, размышлять и медитировать над учениями Будды, благодаря чему наше

прибежище окрепнет. Это вдохновит нас еще больше учиться и практиковать. Так мы и движемся по пути. Принятие прибежища и понимание учений друг друга дополняют.

## Существование Трех Драгоценностей

В палийских и санскритских сутрах Будда утверждает: тот, кто видит взаимозависимую природу явлений, видит и Дхарму; тот, кто видит Дхарму, видит Татхагату. Нагарджуна поясняет: основа для проверки существования Трех Драгоценностей – понимание взаимозависимой природы явлений.

При подробном рассмотрении мы выясняем, что личности и явления – это нечто зависимое. У взаимозависимости есть три аспекта:

1) Обусловленные вещи зависят от своих причин и условий – росток возникает из семени, а наш опыт зависит от наших прошлых действий, или кармы.

2) Все явления – как непостоянные, так и постоянные – зависят от своих составных частей[3 - Постоянные явления – это такие явления, как свободное от препятствий пространство, пустотность и прекращение: они свободны от мгновенного распада под влиянием причин и условий.]. Наше тело состоит из таких частей, как руки, ноги и внутренние органы, а те, в свою очередь, состоят из других частей. Наш ум состоит из последовательности краткосрочных умственных мгновений, которые образуют «поток» ума.

3) На самом тонком уровне все явления зависят от ума, который их воображает и обозначает. На основе двух рук, двух ног, туловища, головы и так далее ум воображает и обозначает тело. На основе собрания тела и ума мы обозначаем личность.

Неведение – корень сансары – цепляется за личности и явления как за обладающие «самостью» – независимой, неотъемлемой сущностью, не связанной ни с чем иным (например, с причинами и условиями, частями и представляющим/обозначающим личности и явления умом). Поскольку все

личности и явления существуют в зависимости от других факторов, они пусты от независимого, или неотъемлемого, существования. Таким образом, неведение – это ошибочное состояние ума: оно лишено достоверной опоры. С другой стороны, мудрость – это надежное состояние ума, ибо оно воспринимает реальность; оно понимает, что все личности и явления пусты от независимого существования, потому что в существовании своем зависят от других факторов. Свойственное мудрости восприятие реальности может преодолеть неведение; если мы снова и снова медитируем, мудрость может полностью искоренить неведение в потоке нашего ума, благодаря чему становится возможным освобождение.

Таким образом, знание взаимозависимого возникновения помогает нам понять четыре истины, которые составляют основу учений Будды. Неведение, которое неверно воспринимает реальность, порождает омрачения – а те создают карму и приводят к дуккхе. Такова истина дуккхи и истина ее происхождения – первые две истины арьев. Знание взаимозависимого возникновения также позволяет нам понять пустотность и бессамость: личности и другие явления пустотны от независимого существования в силу своей зависимой природы. Пустотность и зависимое возникновение можно познать посредством логических рассуждений и пережить напрямую. Мудрость, постигающая пустотность, – это четвертая истина: истинный путь, который искореняет неведение, ошибочные воззрения и омрачения, в основе которых лежит ошибочное понимание реальности. Таким образом, мы можем достичь состояния, в котором неведение и все страдания устранены. Такое состояние называется нирваной, или истинным прекращением. Это третья истина.

Именно так и существуют четыре истины арий. Последние две из четырех истин – истинные прекращения и истинные пути – это Драгоценность Дхармы. Те, кто реализовал в потоке своего ума хотя бы некоторые из этих путей и прекращений, – Драгоценность Сангхи. Достигая состояния, в котором все омрачения и завесы устранены, а все пути и качества доведены до совершенства, они становятся Драгоценностью Будды. Таким образом, мы можем оттолкнуться от того, что все явления пусты от независимого существования (но возникают в зависимости от других факторов), и так доказать существование Трех Драгоценностей. Поэтому Будда и утверждал: те, кто видят взаимозависимость, видят Дхарму, а те, кто видят Дхарму, видят Татхагату.



Такое понимание укрепляет нашу веру в Три Драгоценности, ведь мы видим возможность умственного развития, которое привело бы к реализации Трех драгоценностей. Таким образом, понимание четырех истин дает нам уверенность в том, что мы не просто можем доверять Трех Драгоценностям и воспринимать их как духовную путеводную звезду, что ведет нас к полному пробуждению, – мы сами можем стать Тремя Драгоценностями.

Историческая последовательность возникновения Трех Драгоценностей не совпадает с тем, в каком порядке их реализуют конкретные практикующие. С исторической точки зрения сначала появился Будда; затем он даровал учения Дхармы, а люди, практикуя их, достигли реализаций. Наделенные реализациями ученики стали арьями – Сангхой.

В то же время конкретный практикующий сперва реализует Драгоценность Дхармы, продвигаясь по истинному пути и достигая подлинного прекращения. Так он становится Драгоценностью Сангхи. Продолжая усиливать Драгоценность Дхармы в своем уме вплоть до достижения полного пробуждения, он становится Драгоценностью Будды.

#### Качества Татхагаты

Изучение качеств Трех Драгоценностей и особенно качеств Будды укрепляет нашу уверенность в том, что они способны увести нас от опасностей сансары. Обе традиции – и палийская, и санскритская, – восхваляют качества Татхагаты, описывая четыре типа бесстрашия, десять сил и восемнадцать уникальных качеств.

Чандракирти цитирует отрывок из «Мадхьямакаватары» (6.210cd), который также содержится в палийском каноне (MN12:22–26). В этом отрывке описываются четыре вида уверенности в себе

Конец ознакомительного фрагмента.

notes

Примечания

1

Интервью Фонду «Сохраним Тибет», 7 мая 2017 года.

2

То, как используются эти термины, объяснено во вступлении.

3

Постоянные явления – это такие явления, как свободное от препятствий пространство, пустотность и прекращение: они свободны от ежемгновенного распада под влиянием причин и условий.

----

Купить: [https://tellnovel.com/chodron\\_dalay-lama/buddizm-odin-uchitel-mnogo-tradiciy](https://tellnovel.com/chodron_dalay-lama/buddizm-odin-uchitel-mnogo-tradiciy)

надано

Прочитайте цю книгу цілком, купивши повну легальну версію: [Купити](#)