

A Buddhist monk with a shaved head, wearing orange robes, is seated in a meditative posture on a grassy forest floor. He is positioned in the lower-left quadrant of the frame. Above him, a large, leafy tree branch hangs down, its leaves partially obscuring the top of the image. The background is a soft-focus forest scene with green foliage and a misty atmosphere. The overall color palette is dominated by greens and oranges.

Аджан Чаа

ТИХАЯ ЛЕСНАЯ ЗАВОДЬ

Медитация прозрения от Аджана Чаа

«Язык Дхаммы — не английский, не тайский и не санскрит.
Она имеет свой язык, который одинаков для всех людей, —
язык опыта»

Аджан Чаа
Тихая лесная заводь.
Медитация прозрения
от Аджана Чаа
Серия «Самадхи (Ганга – Ориенталия)»

indd предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42666172

*Аджан Чаа Тихая лесная заводь Медитация прозрения от Аджана
Чаа:*

ISBN 978-5-907059-62-7

Аннотация

Книга «Тихая лесная заводь» является безупречным отражением той тихой, интенсивной и радостной практики, которой наполнена жизнь монахов лесной традиции Таиланда. Текст, записанный и переведённый двумя западными монахами со слов Аджана Чаа, пробуждает в читателе исследовательский дух, ведущий к поискам и обретению понимания и глубокого внутреннего умиротворения.

Содержание

Введение	7
Глава 1	20
Конец ознакомительного фрагмента.	28

Аджан Чаа
Тихая лесная заводь
Медитация прозрения
от Аджана Чаа

Ajahn Chah

A STILL FOREST POOL

The Insight Meditation of Ajahn Chah

By arrangement with The Theosophical Publishing House 306
W. Geneva Road, Wheaton, Illinois U.S.A.

Публикуется по согласованию с «Теософским Издатель-
ским Домом», Уитон, Иллинойс, США

Перевод с английского Евгения Дулькина



Редактор серии «Самадхи» Александр А. Нариньяни

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

© Jack Kornfield and Paul Breiter, 1985

© Е. Дулькин. Перевод, 2018

© Издание на русском языке, оформление. ООО ИД «Ганга», 2019

* * *

Введение

Предположим, вам предстояло отправиться в Азию в середине 1980-х в поисках живых учений Будды, узнать, есть ли ещё монахи и монахини, практикующие простую жизнь и медитацию, поддерживаемые подаяниями и живущие в лесу. Возможно, вы читали жизнеописание самого Будды, медитировавшего со своими монахами в лесах Индии, приглашавшего мужчин и женщин из хороших семей присоединиться к нему для развития мудрости и сострадания ко всему миру, призывавшего их жить простой жизнью монахов, собирающих подаяние, чтобы посвятить себя развитию внутреннего покоя и осознанности. Смогли бы вы найти этот образ жизни живым сегодня, 25 веков спустя? И будут ли его учения до сих пор применимыми и актуальными в нашем современном обществе, для наших современных умов?

Вы бы приземлились в современном аэропорту недалеко от Бангкока, Коломбо или Янгона. В своём такси вы бы проехали по улицам азиатского города, мимо машин, переполненных автобусов и продавцов тропических фруктов на обочинах. Каждые несколько кварталов вы бы видели золотую пагоду или шпиль городского буддийского храма. Но это не те храмы, которые вы приехали искать. В них проживают монахи и монахини, которые изучают древние тексты, могут совершать ритуальные песнопения и произносить пропо-

веди, и обучающие этому других. Но чтобы найти простую жизнь проживающих в лесу, медитативную жизнь с монашеской рысой и чашей для подаяний, такую же древнюю, как сам Будда, вам придётся покинуть города и оставить их храмы далеко позади. Если бы это было в Таиланде, стране с наибольшим количеством буддийских монастырей и монахов, вы бы на оживлённой станции Хуалампонг сели на поезд, отправляющийся ранним утром в провинции, расположенные далеко на юге или северо-востоке.

Первые часы путешествия перенесли бы вас подальше от городской застройки, за пределы домов, магазинов и лачуг, теснящихся вдоль железной дороги, прямо у путей. Вы бы проезжали мимо обширных равнин Центрального Таиланда, зелёной «рисовой чаши» Юго-Восточной Азии. Мили и мили рисовых полей, напоминающих шахматную доску с множеством клеток, разделённых небольшими дамбами между полями, периодически рассекаемых каналами и водными путями. На горизонте этого рисового моря, каждые несколько миль в четырёх или пяти направлениях вы бы видели острова – компактные группы пальм и банановых деревьев. Если бы ваш поезд проезжал достаточно близко к одному из этих пальмовых островов, вы бы увидели отблеск оранжевой крыши монастыря и скопление деревянных домов на сваях, из которых и состоит традиционная деревня в Юго-Восточной Азии.

В каждом поселении, хоть с 500, хоть с 2000 жителей,

имеется как минимум один монастырь. Он используется в качестве места для молитв, церемоний, собраний, и в течение многих лет в нём также находилась сельская школа. Это то место, где большинство молодых людей из деревни в возрасте 20 лет на год или на три месяца получают монашеское посвящение, чтобы, узнав за это время достаточно о путях Будды, «созреть» в полноценные члены своего общества. Управляют монастырём, скорее всего, несколько бывалых, простых и благонамеренных монахов, которые изучали некоторые из классических текстов и знают достаточно церемоний и основных учений, чтобы служить сельскими священниками. Этот монастырь является неотъемлемой и прекрасной частью деревенской жизни, но это не тот храм, который вы приехали искать.

Ваш поезд следует на север по направлению к древней столице Аюттайе, заполненной руинами величественных храмов и разрушенных дворцов, которые были разграблены в ходе нескольких войн с соседними королевствами. Дух этих величественных руин сохраняется в огромных каменных Буддах, невозмутимо взирающих на течение столетий.

Теперь ваш поезд поворачивает на восток для долгого путешествия к границе с Лаосом, пересекая по дороге плато Корат. Час идёт за часом. Вы всё ещё видите рисовые поля и деревни, но постепенно они становятся всё более редкими и бедными. Каналы и пышные сады деревень Центрального

Таиланда с манговыми деревьями и буйной тропической зеленью сменяются простым пейзажем. Домов меньше. Деревенские монастыри ещё блестят, но они тоже меньше и проще тех, что вы видели раньше. Здесь сохраняется более древний, более самодостаточный образ жизни. Вы можете увидеть женщин, сидящих на порогах своих домов и плетущих покрывала с помощью ручных ткацких станков, в то время как фермеры работают на рисовых полях, а дети пасут буйволов во влажных оврагах рядом с железнодорожными путями.

В сельской местности этих менее развитых провинций сохраняется большинство из дошедших до наших дней традиций лесных монахов и монахинь. Здесь по-прежнему есть целые районы лесов и джунглей, небольших, густо покрытых растительностью холмов и незаселённых приграничных областей. И в течение многих веков это помогало выживать лесным монастырям и их монахам, посвятившим себя сохранению методов Будды и реализации пробуждения. По большей части эти монахи не берут на себя обязанности священников, не преподают в местных школах, не изучают и не сохраняют древние языки и тексты писаний. Их целью является жизнь, полностью посвящённая тому, чтобы реализовать в своих сердцах и умах прямое знание и внутренний покой, которым учил Будда.

Если бы вы сошли с поезда и продолжили путь на местном автобусе или попутке по грунтовой дороге, ведущей к

одному из таких монастырей, которых в северо-восточном Таиланде десятки, то что бы вы обнаружили в нём? Остаются ли учения и практика актуальными в 80-х годах XX столетия? Сможет ли обучение прозрению и осознанности удовлетворить запросы того, кто вышел из сложного современного общества?

Вы обнаружите, что многие люди с Запада побывали тут до вас. С 1965 года сотни европейцев и американцев приезжали, чтобы посетить лесные монастыри и учиться в лесу. Некоторые приезжали учиться на короткое время, а затем отправлялись домой, чтобы попытаться воплотить то, что они узнали, в своей мирской жизни. Некоторые приезжали для более полного обучения и жили как монахи в течение года, двух лет или более, а потом возвращались домой. Другая же группа обнаружила, что проживание в лесу является для них ценным и привлекательным образом жизни, и эти люди остаются в монастырях до сих пор.

Их целью является жизнь, полностью посвящённая тому, чтобы реализовать в своих сердцах и умах прямое знание и внутренний покой, которым учил Будда.

В умы и сердца каждого члена этих групп учения проникли напрямую, предлагая им мудрый и осознанный образ жизни. Поначалу этот путь может показаться очень лёгким, обманчиво простым. Но при попытке реализовать путь Будды на практике человек обнаруживает, что это совсем не так

просто. И всё же, несмотря на необходимость прилагать усилия, эти люди считают, что ничто не может быть более ценным, чем открыть для себя Дхамму – или, говоря другими словами, истину своей собственной жизни.

Как только вы войдёте в лесной монастырь, такой как Ват Па Понг, вам сразу станет видна суть практики. Здесь безмолвие нарушается только шелестом листьев на деревьях и тихими движениями монахов, выполняющих хозяйственные работы или занимающихся медитацией при ходьбе. Территория монастыря занимает больше ста акров, поделённых на две части – отдельно для монахов и монахинь. Простые, не украшенные ничем хижины расположены на отдельных лесных полянках среди деревьев, и только скрытые тропинки соединяют их. В центральной части монастыря находятся основной зал для обучения, столовая и холл, в котором проходят посвящения в монахи. Монастырь со всех сторон окружён лесом, что также поддерживает атмосферу простоты и отречения. Вы чувствуете, что наконец достигли места назначения.

Монахи, которые живут в этих монастырях, избрали незамысловатый и дисциплинирующий метод практики, именуемый *дхутанга*. Традиция лесных монахов, которые добровольно решили вести более аскетический образ жизни, восходит к самому Будде, который составил дополнительный кодекс из 13 специальных предписаний, вводящих особые ограничения на одеяния, пищу и жилища для таких мона-

хов. Основой этого стиля жизни являются владение минимумом вещей, максимум медитации и однократный приём пищи, полученной как милостыня при походе за подаяниями. Этот образ жизни распространился, наряду с другими аспектами буддизма, в густых лесах Бирмы, Таиланда и Лаоса, в местах, наполненных пещерами, и других незаселённых диких местностях, идеально подходящих для такой интенсивной практики. Монахи-аскеты традиционно являются странниками, живущими поодиночке или небольшими группами, переходящими из одного сельского района в другой и использующими небольшие шатры из подвешенных к деревьям зонтиков, сделанных из сотканного вручную сукна, как временные жилища. Практики обучения Дхамме от одного из крупнейших лесных монастырей, Ват Па Понг, и его настоятеля Аджана Чаа были переведены, обобщены и предлагаются западному читателю в этой книге.

Аджан Чаа и его учителя Аджан Тонг Рат и Аджан Ман сами провели многие годы, путешествуя и медитируя в этих лесах, развивая свою практику. От них и других лесных учителей мы получили в наследство непосредственные и мощные учения Дхаммы, основанные не на ритуальном буддизме или изучении абстрактных, оторванных от жизни философских вопросов, но предназначенные тем, кто желает действительно жить в соответствии с учениями Будды, чтобы очистить свои сердца и видение.

После того как в этой лесной традиции появились вели-

кие учителя, миряне и монахи стали разыскивать их, чтобы получить совет в обучении. Часто, чтобы стать более доступными, эти учителя прекращали странствовать и селились в конкретном месте в лесу, где постепенно вокруг них образовывался дхутанга-монастырь. К тому же из-за начавшегося в XX веке резкого роста населения количество незастроенных мест стало стремительно сокращаться, и для лесных странников стало оставаться всё меньше пространства. Поэтому такие лесные монастыри, сохранённые прошлыми и современными учителями, теперь являются основным местом обитания для аскетичных и ориентированных на практику монахов.

Монастырь Ват Па Понг был основан Аджаном Чаа, когда он после многих лет путешествий и обучения медитации вернулся, чтобы поселиться в густом лесу, неподалёку от деревни, в которой родился. Безлюдная роща была известна как место, населённое кобрами, тиграми и духами, – идеальное местожительство для лесного монаха, если верить Аджану Чаа. Постепенно вокруг него вырос большой лесной монастырь.

Начавшись с нескольких соломенных хижин в лесу, Ват Па Понг превратился в один из крупнейших и лучше всего управляемых монастырей в Таиланде. По мере того как слава об учительских способностях Аджана Чаа получала всё более широкое распространение, количество посетителей монастыря и последователей учителя быстро возрастало.

В ответ на просьбы последователей по всему Таиланду было открыто более 50 монастырей-филиалов, которыми руководят настоятели, являющиеся учениками Аджана Чаа. Среди них был и монастырь, расположенный неподалёку от Ват Па Понга и предназначенный специально для западных студентов, которые прибыли, чтобы получить наставления в обучении от Аджана Чаа. В последние годы несколько монастырей-филиалов и связанных с ними буддийских центров были открыты и в западных странах. В первую очередь это, конечно, большой лесной монастырь в Читхёрсте в Англии, настоятелем которого является Аджан Сумедхо, старший ученик Аджана Чаа.

Учения Аджана Чаа содержат то, что принято называть «сердцем буддийской медитации», – это прямые и простые указания, предназначенные для успокоения сердца и открытия ума, для прозрения в истину. Этот метод осознанности, или медитации прозрения, стал самым быстро распространяющимся способом буддийской практики в западных странах. Преподаваемый монахами или мирянами, которые сами обучались в лесных монастырях или ретритных центрах, он представляет собой универсальный и прямой путь тренировки наших тел, наших сердец и наших умов. Он может научить нас тому, как бороться с жадностью, страхом или печалью и как освоить путь терпения, мудрости и самоотверженного сострадания. Эта книга выпущена для того, чтобы дать указания и советы тем, кто желает применить этот ме-

тод на практике.

Практика самого Аджана Чаа началась в ранней молодости и развивалась в течение многих лет скитаний и аскетизма под руководством нескольких великих лесных учителей. Он, смеясь, вспоминал, как ещё в детстве хотел играть в монаха, когда другие дети играли дома, и фантазировал, как он придёт к ним с чашей для подаяний, чтобы просить конфеты или другие сладости. Но, как он рассказывал, его собственная практика была трудной, и качества терпения и выносливости, которые он развил сам, занимают центральное место в учениях, которые он даёт своим ученикам. Большое влияние на Аджана Чаа оказала ситуация, когда он, будучи молодым монахом, провёл несколько недель, сидя рядом с постелью умирающего отца, напрямую столкнувшись с фактом угасания жизни и смертью. «Когда мы не понимаем, что такое смерть, – учит Аджан Чаа, – жизнь может быть очень запутанной». Получив такой опыт, Аджан Чаа был сильно мотивирован в своей практике к тому, чтобы обнаружить причины нашего мирского страдания и найти источник покоя и свободы, которому учил Будда. По его собственным словам, он никогда не останавливался, делая всё для постижения Дхаммы – истины. Он столкнулся с большим количеством трудностей и страданий, в том числе с сомнениями всех видов, а также физическими недугами и болью. Тем не менее он оставался в лесу и продолжал сидеть и наблюдать. И хотя бывали дни, когда он не мог делать ничего, кроме как

кричать от боли, в его практике появилось то, что он называет качеством бесстрашия. Из этого бесстрашия в конечном итоге выросли мудрость, радостный дух и сверхъестественная способность помогать другим.

Это прямые и простые указания, предназначенные для успокоения сердца и открытия ума, для прозрения в истину.

Учитывая тот факт, что учения эти давались спонтанно и без подготовки, на тайском и лаосском языках, их перевод, приведённый в этой книге, старается отразить этот радостный дух практики. «Аромат» этих учений явно монашеский, они ориентированы на сообщество мужчин, которые отреклись от мирской жизни, чтобы присоединиться к Аджану Чаа в лесу. Отсюда частое использование личных местоимений «он», а не «он или она», и то, что основное внимание уделяется именно монахам (хотя сообщество лесных монахинь тоже существует), а не мирянам. Тем не менее свойства Дхаммы, изложенные здесь, являются непосредственными и универсальными, подходящими для любого из нас. Аджан Чаа рассматривает основные человеческие проблемы, такие как жадность, страх, ненависть и заблуждение, настаивая на том, чтобы мы начинали осознавать эти состояния и то настоящее страдание, которое они вызывают в нашей жизни и нашем мире. Это учение, Четыре благородные истины, первое из преподанных Буддой, описывает страдание, его причину и путь к его прекращению.

«Посмотрите, как привязанность вызывает страдание, – заявляет Аджан Чаа снова и снова. – Изучите это на своём собственном опыте. Посмотрите на постоянно меняющуюся природу видимого, слышимого, чувств, восприятия и мыслей». Обретение понимания непостоянного, небезопасного и безличного характера жизни – вот послание Аджана Чаа к нам; только когда мы видим и принимаем все три характеристики, мы можем жить в покое. Лесная традиция работает напрямую с нашим пониманием этого и с нашим сопротивлением пониманию этих истин, с нашими страхами, гневом и желаниями. Аджан Чаа учит нас противостоять своим омрачениям и использовать инструменты отречения, настойчивости и осознанности для победы над ними. Он призывает нас не теряться в смене своих настроений и тревогах, но вместо этого тренировать себя, чтобы чётко и прямо увидеть истинную природу ума и окружающего мира.

Ясность и радостность Аджана Чаа, прямота его методов лесной практики вдохновляет. Пребывание рядом с ним пробуждает в каждом дух исследователя, юмор, умение удивляться и понимать, а также чувство глубокого внутреннего покоя. Если эти страницы через изложенные на них инструкции и истории о лесной жизни смогут хоть отчасти передать этот дух и вдохновят вас на дальнейшую практику, то цель, с которой они были написаны, будет полностью достигнута.

Итак, слушайте Аджана Чаа внимательно, откройте для

него своё сердце, потому что он учит практике, а не теории, и его заботит человеческое счастье и освобождение. В первые годы, когда Ват Па Понг начал привлекать множество посетителей, вдоль входной тропинки было установлено много указателей. Первый из них гласил «Вы здесь, заходя в гости, соблюдайте тишину – мы пытаемся медитировать». Другой просто утверждал: «Единственная стоящая вещь в нашей жизни – это практика Дхаммы и понимание истины. Не пора ли начать?». Таким образом Аджан Чаа напрямую обращается к нам, призывая успокоить свои сердца и исследовать истину жизни. Не пора ли нам начать?

Глава 1

Понимание учений Будды



Аджан Чаа просит, чтобы мы начинали нашу практику с простого и ясного понимания, что истины Будды о страдании и освобождении можно увидеть и пережить прямо здесь, в наших собственных телах, сердцах и умах. Он говорит, что Восьмеричный путь не найти в книгах или писаниях, зато его можно обнаружить в наших чувственных восприятиях, в работе органов чувств – наших глазах, ушах, носе, языке, теле и уме. Безотлагательно и неусыпно изучать их и развивать осознанность – вот путь прозрения, предписанный Буддой. Этот путь поддерживался живым на протяжении веков и ему следовали те монахи, монахини и миряне, которые были вдохновлены на то, чтобы посвятить себя практике.

Аджан Чаа выступает как представитель этого древнего учения в современном мире. Мудрость и мастерство пришли к нему не с помощью изучения текстов или традиции, но родились из его многолетней практики, его старательных усилий по применению медитации для успокоения сердца и пробуждения ума. Его собственная практика была вдохновлена и направлялась мудростью нескольких великих лесных учителей из предыдущего поколения. И он приглашает нас следовать их и его примеру.

Посмотрите на то, что создаёт ваш мир, – это шесть чувств, процессы тела и ума. Суть этих процессов станет предельно ясной при их изучении и непрерывной тренировке внимательности. Тогда вы заметите, как мимолётен и непостоянен каждый из появляющихся чувственных объек-

тов. Вы увидите обусловленность стремления к удержанию или отталкиванию этих меняющихся объектов. Здесь, учит Аджан Чаа, и есть то место, где можно изучить новый способ, путь равновесия, Срединный путь.

Аджан Чаа призывает нас работать с нашей практикой не в неких вымышленных ситуациях, а в нашей повседневной жизни. Именно здесь мы развиваем силы для преодоления наших трудностей, верность и величие сердца. Именно здесь, говорит он, в каждый момент можно выйти из нашей борьбы с жизнью и обнаружить глубинный смысл правильного понимания – и вместе с ним обрести покой Будды.

Простой Путь

Традиционно Восьмеричный путь преподаётся как восемь шагов, таких как правильное понимание, правильная речь, правильное сосредоточение и так далее. Но истинный Восьмеричный путь находится внутри нас – два глаза, два уха, две ноздри, язык и тело. Эти восемь дверей и есть весь наш Путь, а ум – это тот, кто идёт по Пути. Познайте эти двери, изучите их – и все дхаммы будут выявлены.

Суть Пути так проста! Нет необходимости в долгих объяснениях. Откажитесь от цепляния за любовь и ненависть, просто воспринимайте вещи такими, какие они есть. Это всё, что я могу сделать в собственной практике.

Не пытайтесь стать кем-то. Не втягивайте себя во что бы

то ни было. Не будьте медитирующим. Не становитесь просветлённым. Когда вы сидите – пусть будет так. Когда вы идёте – пусть будет так. Не цепляйтесь за что-либо. Не поддавайтесь чему бы то ни было.

Конечно, есть множество техник медитации для развития самадхи и многих типов випассаны. Но все они ведут к этому – пусть всё это просто будет. Зайдите сюда, где прохладно, выйдите из боя.

Почему бы не попробовать это? Рискнёте?

Золотая середина

Будда не хочет, чтобы мы шли по двойному пути – с одной стороны, жажда и потворство своим желаниям, с другой – страх и отвращение. Он учит просто осознавать удовольствие. Гнев, страх, недовольство – это не путь йогина, это путь обычных мирских людей. Невозмутимый человек идёт по Срединному пути правильной практики, оставляя алчность слева, а страх и отвращение справа.

Тот, кто осуществляет путь практики, должен придерживаться золотой середины: «Я не буду интересоваться удовольствием или болью. Я отброшу их». Но, конечно, сначала это трудно осуществить. Это как если бы нас толкали с двух сторон. Нас бы раскачивало из стороны в сторону, словно колокольчик или маятник.

В своей первой проповеди Будда рассуждал об этих двух

крайностях, потому что именно в них находится привязанность. Желание быть счастливым бьёт с одной стороны; страдание и неудовлетворённость – с другой. Эти двое всегда неотступно осаждают нас. Но когда вы пойдёте по Срединному пути, вы отбросите их оба.

Разве вы не видите? Если вы будете следовать этим крайностям, то вы просто будете вычёркивать то, что вас злит, и хвататься за то, что привлекает, без малейшего терпения или воздержанности. Как долго вы сможете идти по этой дороге, не попав в ловушку? Подумайте: если вам нравится что-то, то, когда появляется симпатия, вы тотчас следуете за ней, хотя это просто влечёт вас на поиски страдания. Это желание действительно очень хитроумно. Куда оно заведёт вас в следующий раз?

Не пытайтесь стать кем-то. Не вытягивайте себя во что бы то ни было. Не будьте медитирующим. Не становитесь просветлённым... Не цепляйтесь за что-либо.

Будда учит нас отбрасывать крайности. Это путь правильной практики, путь, выводящий нас из рождения и становления. На этом пути нет ни удовольствия, ни боли, ни добра, ни зла. Увы, большинство людей просто наполнены желанием стремиться к удовольствиям и всегда обходят середину, теряя Путь Превосходного, путь искателя истины. Привязанный к рождению и становлению, счастью и страданию, добру и злу – тот, кто не идёт по этому Срединному пути, не смо-

жет стать мудрым, не сможет найти освобождение. Наш путь ровный – это путь невозмутимости и чистой осознанности, путь, где утихли и восторг, и печаль. Если ваше сердце таково, вам больше не надо просить других людей направлять вас.

Вы увидите, что когда сердце и ум не привязаны, то они пребывают в своём нормальном состоянии. Они смещаются из «нормального» состояния потому, что различные мысли и чувства конструируют процесс мышления, в котором создаются иллюзии. Учитесь смотреть сквозь эти процессы. Когда ум сдвинут от нормального состояния, это уводит в сторону от правильной практики к одному из крайних состояний – потворству или отвращению, тем самым создавая ещё большую иллюзию, ещё больше мысленных конструкций. Понятия «хорошо» и «плохо» возникают только в вашем уме. Если вы будете удерживать внимание на вашем уме, исследуя только эту тему всю вашу жизнь, то я гарантирую, что вам никогда не будет скучно.

Прекращение сомнений

Многие люди, окончившие университеты, имеющие дипломы, научные степени и достигшие мирского успеха, обнаруживают, что в их жизни чего-то явно не хватает. Несмотря на то, что их мысли высоки и интеллектуально изощрённы, их сердца по-прежнему заполнены мелочностью и сомнениями.

ями. Стервятник летает высоко, но чем он питается?

Дхамма – это понимание того, что выходит за рамки обусловленного, более глубокое, чем ограниченное понимание мирской науки. Конечно, мирская мудрость может быть использована для благих целей, но развитие мирской мудрости может привести к ослаблению духовных и моральных ценностей. Важной вещью является развитие над-мирской мудрости, которая также может быть использована для благих мирских целей, при этом оставаясь отделённой от них.

Необходимо научиться основным вещам – базовым основам морали, видению мимолётности жизни, фактов старения и смерти. Вот с чего мы должны начать. Перед тем как вы сядете за руль машины или на велосипед, вы должны научиться ходить. Потом вы сможете летать на самолёте или путешествовать по всему свету в мгновение ока.

Внешнее обучение, изучение писаний не так важно. Конечно, книги по Дхамме написаны правильно, но они не верны. Они не могут дать вам правильного понимания. Увидеть напечатанное слово «ненависть» – это совсем не то же самое, что испытать гнев; услышать имя человека и встретиться с ним – это разные вещи. Только собственное непосредственное переживание сможет дать вам настоящую веру.

Есть два типа веры. Одним из них является своего рода слепое доверие Будде, учениям, учителю, что часто приводит кого-то к началу практики или даже к монашескому посвящению. Второй тип – это истинная непоколебимая ве-

ра-уверенность, которая возникает из внутреннего самопознания. И, хотя в таком человеке по-прежнему остаются и другие омрачения, которые необходимо преодолеть, ясное видение всех вещей внутри себя позволяет положить конец сомнениям для достижения полной определённости в своей практике.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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