

Серия «Устные наставления»

Калу Ринпоче

Вступая
на буддийский путь

Москва
Ориенталия

УДК 294.32
ББК 86.35
К17

Оглавление

Калу Ринпоче
К17 Вступая на буддийский путь / [пер. с англ. Е. Леонтьевой]. — М.: Ориенталия, 2013. — 128 с. — («Устные наставления»).

ISBN 978-5-91994-033-3

Калу Ринпоче (1905–1989) — известный учитель тибетского буддизма, один из высочайших лам традиции Кагью. «Вступая на буддийский путь» — седьмая книга из серии «Устные наставления». В ней подробно объясняются важнейшие основы буддийской практики — четыре мысли, обращающие ум к Освобождению и Просветлению, и понятие Прибежища.

УДК 294.32
ББК 86.35

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

© Перевод на русский язык.
Е. Леонтьева, 2013
© Издание на русском языке, оформление.
ООО «Ориенталия», 2013

ISBN 978-5-91994-033-3

| | |
|---------------------------------------|----|
| Вступление | 6 |
| Четыре основных размышления | 8 |
| О драгоценном человеческом теле. . . | 9 |
| О непостоянстве | 14 |
| О недостатках сансары | 21 |
| О причине и следствии | 39 |
| Прибежище — первый шаг к цели . . | 66 |
| Биография Калу Ринпоче | 80 |
| Глоссарий | 88 |

Вступление

В этом пособии излагаются четыре поучения, направляющие ум к практике, и приводятся качества Трех драгоценностей. Полностью осознав смысл этих поучений, вы навсегда отвернетесь от цикла существования — сансары — и будете стремиться к Освобождению, полагаясь на закон причины и следствия (карму). Возможно, уже в этой жизни вы достигнете состояния Будды или как минимум освободитесь от страданий. Возращивая положительные качества, вы укрепите основания святой

Дхармы. Так что, пожалуйста, не ограничивайтесь попытками осмыслить значимость буддийских истин, но стремитесь также применять их в жизни.

Эта книга написана мною, Калу Ринпоче (Карма Друбгью Тензином), для пользы тех, кто занимается практикой Дхармы. Кен Маклеод из Канады перевел ее с тибетского на английский, а Кунго Лосанг Лхалунгпа проверил и отредактировал его перевод.

Пусть благодаря этой работе существа освободятся из океана страданий, свойственных циклу существования, и достигнут Дворца Будды.

Калу Ринпоче

Четыре основных размышления

В самом начале практики важно осознать, насколько трудно в этой жизни обрести необходимые условия и благословение, — это понимание может стать своего рода якорем для ума и поможет обратиться к Учению. Затем благодаря размышлению над непостоянством вы перестанете лениться и устремитесь к практике. Уверенность во взаимосвязи «семени» и его результата позволит отказаться от зла, а затем решительно следовать путем добрых дел, совершать уместные и обоснованные поступки. Понимание, что

циклическое существование исполнено страданий, приведет к глубокому изменению мироощущения, и вы захотите добиться свободы от этих страданий.

О драгоценном человеческом теле

Первое, что нам нужно для того, чтобы в этой жизни встретиться с Учением Будды, — это восемь благоприятных условий. Мы должны избежать рождения в восьми бесприютных состояниях: в адских мирах, в мирах голодных духов и животных; среди долгоживущих богов, плывущих по течению своих желаний; в странах, куда еще не дошло Учение; среди людей, исповедующих ложные взгляды; в темные времена, когда еще не появлялся Будда; а также с умственными и телесными нарушениями, препятствующими пониманию и применению Дхармы.

Если восемь благоприятных условий сошлись и мы обрели такое человеческое тело, для встречи с Учением Будды необходимы еще десять благословений. Пять из них связаны с другими людьми: мы

родились в эпоху, отмеченную появлением Будды; Будда давал Учение; оно передается по сей день; есть последователи Дхармы; они обладают достаточной преданностью и добротой, чтобы делиться Учением. Другие пять благословений связаны с нами самими: нужно иметь полноценное, женское или мужское, человеческое тело; родиться в центральной стране, в которой известно Учение Будды; иметь пять неповрежденных органов чувств; повернуть вспять течение кармы; иметь доверие к Трем драгоценностям — Будде, Учению и друзьям на пути.

Десять этих благословений и восемь возможностей — это и есть 18 условий получения драгоценного человеческого тела, они предопределяют нашу способность следовать пути к Просветлению.

Трудность встречи с 18 условиями можно пояснить тремя способами: вспомнив о причине, обратившись к цифрам или приведя пример. Кармическая причина драгоценного человеческого тела — это неуклонное совершенствование чистого поведения. Людей, которые это делают,

Кармическая причина драгоценного человеческого тела — это неуклонное совершенствование чистого поведения.

очень мало. О цифрах говорится так: адских существ много, как пылинок на земле; прет — как песчинок в Ганге (священная река в Индии); животных — как снежинок; тех, кто рожден в сферах богов и полубогов, столько, сколько звезд на ночном небе; те же, кто обрел драгоценное человеческое рождение с необходимыми условиями и благословениями, немногочисленны, как звезды днем. В пример приводится такое поучение: представим себе, что весь мир — это океан, по волнам которого носится деревянный обруч, подгоняемый ветром. В океане живет слепая черепаха, которая раз в сто лет всплывает на поверхность. Этой черепахе легче продеть шею в обруч, чем получить драгоценное человеческое рождение.

Поэтому, если вы родились в таком человеческом теле и не встали на путь к свободе, чтобы полностью избавиться

от страданий сансары и достичь неисчерпаемого покоя состояния Будды, вы более расточительны, чем тот бедняк, который находит столько драгоценностей, что ими можно было бы наполнить дом, но не использует их и теряет все.

Решитесь же теперь отказаться от привязанности ко всяким мирским делам — ведь они не что иное, как большая суета ради малой цели, и не обманывайте себя, не притворяйтесь знатоком Дхармы или мастером медитации. Добывайте нектар Учения под руководством опытного наставника и, всецело осознав значение святой Дхармы, никогда не отказывайтесь от принятого решения. Доведите практику до конца, накапливая заслуги и устраняя завесы, осуществляя глубокие преобразования и достигая духовного совершенства посредством медитации.

Добывайте нектар Учения под руководством опытного наставника и, всецело осознав значение святой Дхармы, никогда не отказывайтесь от принятого решения.



О непостоянстве

Если задумываться о непостоянстве, то цепляние за эту жизнь ослабевает, и мы можем осознанно совершать все больше добрых поступков.

Что такое непостоянство? Все накопленное — вся роскошь и богатство — в конце концов рассеивается. Все построенное разрушается. Все, кто встречаются, расстаются. Всякий, кто родился, умирает. Каждая вещь являет собой непостоянство.

Сам внешний мир, такой надежный и прочный на первый взгляд, тоже непостоянен: одна за другой его разрушают стихии — огонь, вода и ветер. Силой весны земля становится мягкой и красновато-коричневой, растения выбрасывают побеги и почки. Но это непостоянно, поскольку затем наступает лето, земля приобретает сине-зеленый оттенок, а на деревьях появляются листья и соцветия. С приходом осени почва желтеет и затвердевает, повсюду созревают плоды. Наконец, зимой земля выглядит

жесткой и серой, а растительность — сухой и безжизненной. И времена года без конца продолжают сменять друг друга. Солнце и луна восходят и садятся, это тоже непостоянство. Днем светло и ясно, ночью мрачно и темно. Часы и минуты — преходящи, время непрерывно утекает прочь. Непостоянство подобно вечно льющемуся водопаду.

Часы и минуты — преходящи, время непрерывно утекает прочь. Непостоянство подобно вечно льющемуся водопаду.

Все существа, «внутреннее» содержимое «внешнего» мира, непостоянны. Все, кто когда-либо рождались, умерли; ныне живущие приближаются к смерти; и всякий, кто придет позже, непременно тоже покинет этот мир. С каждым годом, месяцем, днем, часом и минутой мы все ближе к своей кончине. Ни решительность, ни величайшая отвага не могут отвратить смерти. Крепость и быстрота ног не дают нам убежать от нее. Умные и красноречи-

вые ученые рассуждения бессильны перед ней. Могучие войска, острое оружие, сила и влияние, хитрые планы, здоровье и богатство, прекрасное девичье тело — ничто не остановит ее. Когда солнце садится за гору, никто не может повернуть его движение вспять или отсрочить закат.

Нельзя быть уверенным и в продолжительности жизни. Смерть может застать человека еще в материнской утробе, при рождении, в раннем детстве, когда ребенок только начинает ползать или ходить, в молодости или в старости. Время смерти неопределенно. Ее могут вызвать огонь и вода, ветер и молния, землетрясения, обвалы, падающие строения, оружие, яды, демоны, плохая еда и т. д. От чего придет смерть — неизвестно. Жизнь подобна пламени свечи во время урагана, пузырькам на воде или капле росы на тонком стебельке травы.

Не бывает жадности смерти, как и радости по поводу ее прихода. Смерть ненавистна. Ибо после того, как она отбирает землю и дом, хозяйство, собственность и имущество, родственников и близких друзей,

отца, мать и детей, брата и супруга, вместе с вашим собственным телом вы вынуждены погружаться, бессильно и одиноко, в неведомую сферу ужасающего Бардо (состояние между смертью и рождением). Основание для такого ухода, раннего или позднего, заложено во всем, поэтому каждый раз, когда вы видите, слышите или вспоминаете о чьей-либо смерти, думайте в этот момент и о себе.

Имея здоровое тело, хороший цвет лица, чувствуя себя счастливо и комфортно, мы вообще не помним о смерти. Но с приходом смертельной болезни телесная сила убывает, и человек не может сидеть, даже согнувшись. Румянец здоровья блекнет, больной выглядит как труп. Он страдает, поражаемый шипами боли. Медицина, ритуалы или церемонии — ничто не приносит облегчения, и человек сознает, что умирает. Его страдания и страх усиливаются, он приходит в отчаяние от того, что оставляет все и должен идти дальше в одиночестве. Каждый раз, как съедена пища и произнесены последние слова, думайте: «Такова и моя природа».