

## Введение в буддизм

© Почтенный Дхаммавирантха Ньяка Махатхера

©Перевод Алексея Титова, под редакцией Анны и Валерия Павловых. Екатеринбург, 2000

С почтением к Будде, его Учению и его Благородным ученикам!

### Содержание:

1. Введение
2. Жизнь Будды
3. Четыре Благородные Истины
4. Три характеристики жизни
5. Четыре возвышенных состояния ума
6. Буддийская этика
7. Карма и перерождение
8. Медитация
9. Нирвана
10. Трипитака
11. Буддаяна, колесница Будды
12. Буддийские праздники

### 1. Введение

Среди многих регулярно задаваемых вопросов, наиболее частыми является вопрос относительно Учения Будды. В этом коротком трактате сделана попытка систематизировать объяснение: 1) наиболее важных событий из жизни Будды, 2) основ Учения, 3) Текстов, в которых Учение может быть найдено, и 4) как мы сами можем следовать Учению Будды, чтобы достигнуть той же свободы ума. Ясно, что в рамках этого трактата невозможно тщательно рассмотреть детали доктрины. Это скорее попытка дать общее представление.

Возможно, многие приходят понять большую ценность Учения Будды — Дхарму — чтобы улучшить свои человеческие качества и вступить на Путь святости для достижения Нирваны.

### 2. Жизнь Будды

Около 26 веков назад Учение Будды указало путь к счастью и внутреннему миру для многих миллионов людей в этом скорбном мире. Но кто он был такой — Будда Шакьямуни?

Будда родился человеком в Северной Индии, сыном короля Шуддходаны и королевы Майи. Ему было дано имя принц Сиддхартха Гаутама. При его рождении было предсказано, что принц или станет мировым лидером (всемирным монархом) или Буддой (Пробужденным). Это зависело от того, вступит он или нет в соприкосновение с превратностями жизни — с обретением и потерей, восхвалением и порицанием, славой и неизвестностью, наслаждением и болью. Имелось в виду, что после понимания трех характеристик жизни, то есть болезни (ограничение), старение (распад) и смерть (обязательный конец всех составных вещей), он будет глубоко взволнован последствиями, которые существуют в нашей жизни. Много лет король Шуддходана заботился о том, чтобы принц не сталкивался с этим, потому что он не желал, чтобы тот подверг сомнению истинную природу жизни. Окруженный ежедневными удовольствиями и роскошью, принц был огражден от неприятной стороны жизни. Он женился на принцессе Яшоджаре, которая родила ему сына, Рахулу.

Несмотря на все предосторожности короля, у него не было возможности

оградить принца от наблюдения старения, болезни и смерти. В соответствии с предсказанием при его рождении принц встретил старого человека, больного человека и похоронную процессию. Затем он встретил нищего монаха (саману). В результате первых трех встреч ему стала ясна тщетность жизни, и четвертая встреча показала ему безмятежность (святость) того, кто отказался от мира и кто освободил себя от его влияния.

В возрасте 29 лет принц (тогда еще бодхисаттва) отказался от мирской жизни, и в течение шести лет предпринял чрезвычайно строгие аскетические практики. В конце концов, он понял, что путь чрезвычайного самоотречения и голодания не был путем, и тогда он обнаружил Срединный Путь. Вслед за этим, в возрасте 35 лет, он достиг Просветления и стал Буддой. Вот что Будда сам сказал об этом: "Я зовусь Буддой, потому что я понял Четыре Благородные Истины".

Сорок пять лет Будда проповедовал Дхарму всем, "кто имел уши, чтобы слышать, глаза чтобы видеть и ум, чтобы понимать" — Дхарму, которая является прекрасной в начале, прекрасной в середине и прекрасной в конце. Он учил людей тому, что мы должны сами осуществить Просветление в своей собственной жизни.

В возрасте 80 лет Будда вошел в Махапаринирвану, оставив Учение как свое наследие.

#### Терминология

##### Бодхисаттва

Существо, достигшее буддовости в этой жизни. Этот термин также применяется к Будде в его предшествующих существованиях, после того как он заявил о желании стать Буддой.

##### Будда

Пробуждённый, Просветлённый. Это не имя, данное личности, а состояние ума. Будда является Всемирным Учителем, провозглашающим и объясняющим Четыре Благородные Истины, таким образом он способен направить других по пути к достижению такого же просветления. В Каноне Всемирный Учитель соответствует Самма-Самбудде, а его Просветлённые Последователи называются Архатами (Архата-Буддами).

##### Дхарма

Учение Будды. Слово "дхарма" имеет много значений, к тому же Учение Будды соответствуют Будда-Дхарме, термину, который большинство буддистов предпочитает "Буддизму".

### 3. Четыре Благородные Истины

Почему эти Четыре Истины названы благородными? Потому что они способны сделать практикующего благородным. Если они практикуются надлежащим образом, практикующий обретает непосредственный опыт свободы ума, и это делает его благородным.

#### Благородная истина страдания

Страдание (недовольство, неудовлетворённость) применяется здесь к дуккха

– подробнее смотрите "Три Качества Жизни". "Рождение есть страдание, старение есть страдание, болезнь есть страдание, смерть есть страдание, горе и печаль, боль и скорбь есть страдание, сосуществование с тем, что неприятно есть страдание, разлука с любимым есть страдание, неисполнение желаний есть страдание, одним словом, всё, составляющее жизнь, есть страдание". Как красивые, приятные, так и болезненные, неприятные обстоятельства являются непостоянными (аничча, смотрите "Три Качества Жизни"). Эти формы являются прямой угрозой человеческому существованию и следовательно, источником беспокойства, волнения и т.д.

#### Благородная истина причины страдания

Причиной страдания является желание или стремление (танка). Поскольку мы находимся в состоянии противоречия с обстоятельствами внутри и вне нас, возникает неутолимая жажда приятных ощущений. Основой для этого является иллюзия неизменности души, эго или личности. Таким образом, мы оказываемся в плену у самих себя, в плену у окружающих нас вещей, запутавшись в сети страдания. Поэтому Будда говорил: "Не попадайтесь на приманку (т.е. наслаждение) мира", потому что страдание – неизбежно.

#### Благородная истина прекращения страдания

Тот, кто преодолевает неведение, иллюзию самости, станет свободными от желаний. Огонь страсти угаснет, если нет горючего. Те омрачения, которые мы ещё не преодолели и которые привязывают нас к Циклу Перерождений, служат горючим для нескончаемых перерождений в сансаре – обусловленном, зависимом существовании.

#### Благородная истина пути, ведущего к прекращению страдания

Благородный Восемьмеричный Путь говорит о том, что ведёт к прекращению страдания:

- Правильное понимание – воззрение и мудрость в соответствии с Истинами.
- Правильное мышление – мыслить без эгоизма, гнева и жестокости.
- Правильная речь – говорить правдиво, не вести сплетен и не клеветать, не использовать грубую речь и не пустословить.
- Правильные действия – не убивать и не наносить ущерб людям и животным, не красть прямо или косвенно, не доставлять себе удовольствие в ущерб другим.
- Правильные средства к существованию – иметь честную и благородную профессию.
- Правильные усилия – способствовать появлению и росту благоприятного, и к уменьшению и прекращению неблагоприятного.
- Правильная осознанность – осознанность того, что возникает здесь-и-сейчас.
- Правильное сосредоточение – быть направленным и сконцентрированным на благоприятном объекте или быть в состоянии здесь-и-сейчас.

#### 4. Три Качества Жизни

Все составные вещи непостоянны (аничча), неудовлетворительны (дуккха), и бессамостны (анатта). Эти три аспекта называются Три Качества или Три Признака Жизни, потому что все составные вещи управляются этими тремя.

Аничча означает временное, непостоянное, изменчивое. Всё, что возникает, подвержено разрушению. Фактически, ничто не остаётся таковым в течение двух последующих мгновений. Всё подвержено безостановочному изменению.

Три фазы возникновения, существования и прекращения могут быть обнаружены во всех составных вещах; всё имеет склонность к прекращению. Вот почему важно понять сердцем слова Будды: "Временность является обусловленной вещью. С усердием добивайся достижения своей цели".

Дуккха означает страдание, недовольство, неудовлетворённость, то, что трудно переносить, и т.д. Это происходит потому что всё, что является составным, изменчиво и, в конечном счёте, несёт страдание тем, кто в это вовлечён. Подумайте при этом о болезнях (в противоположность нашей идее о здоровье), о потерянных любимых и близких людях или животных, или о противостоянии превратностям судьбы. Ничто, зависящее от условий, не стоит цепляния, потому что делая это мы лишь приближаем несчастье.

Анатта означает бессамость, не-"я", не-это, и т.д. Под анатта подразумевается факт того, что ни в нас самих, ни в ком-либо другом пребывающая в центре сердца сущность не является сущностью (сунната) как таковой. Вместе с тем анатта означает не только отсутствие "я", хотя к этому и ведёт её осмысление. Через иллюзию существования "я" (души или неизменной личности) и неизбежно сопровождающую идею "я" возникают неверные представления, которые выражаются в таких аспектах как гордыня, высокомерие, жадность, агрессия, насилие и вражда.

Хотя мы и говорим, что это тело и ум наши, это не соответствует действительности. Мы не можем постоянно поддерживать тело здоровым, молодым и привлекательным. Мы не можем постоянно придавать своим мыслям позитивную направленность, в то время как наш ум пребывает в несчастном или негативном состоянии (что само по себе доказывает то, что мышление не может находиться под полным нашим контролем).

Постоянного "я" или самости не существует, что же дальше? Если мы рассмотрим жизнь, то увидим, что есть только физические и ментальные процессы (нама-рупа), которые в сложной взаимосвязи с обусловленностью и взаимозависимостью формируют наше существование. Всё это формирует кхандхи, или (пять) групп, которые непросветлённая личность рассматривает как чувства (ведана), шесть видов чувственных ощущений (санна), волевые конструкции (санкхары) и другие виды сознания (виннана).

Из-за непонимания взаимодействия этих групп человек думает, что существует "я" или душа, и он приписывает непознанное неизвестной, потусторонней, неведомой силе, которой он также должен служить, чтобы обеспечить себе безопасное существование. В результате несведущая личность постоянно пребывает в напряжённом состоянии между своими желаниями и страстями, своим неведением и представлениями о реальности. Тот, кто понимает, что идея "я" — это иллюзия, может освободить себя от страданий. Достичь этого можно следуя Благородным Восьмеричным Путём, который способствует нравственному, интеллектуальному и духовному развитию практикующего.

Теперь становится ясно, почему эти три Качества или Признака Жизни присутствуют в Четырёх Благородных Истинах.

## 5. Четыре возвышенных состояния ума

Четыре возвышенных состояния ума — брахмавихара на пали (язык, на котором говорил Будда и на котором записаны его учения) — это четыре качества сердца, которые, будучи развиты в совершенстве, поднимают человека на высший духовный уровень. Они есть:

Метта, которое может быть переведено как любящая доброта, всеобъемлющая любовь, доброжелательность, бессамостная всеобщая и безграничная любовь. Метта указывает на качество ума, которое имеет целью достижение счастья другими. Прямыми следствиями метта являются: добродетель, свобода от раздражительности и возбужденности, мир внутри нас и в отношениях с окружающим миром. Для этого следует развивать метта ко всем живым существам, включая самых мелких. Не следует путать метта с чувственной и избирательной любовью, хотя метта и имеет много общего с любовью матери к её единственному ребёнку.

Каруна, что означает сострадание. Свойством каруна является желание освободить других от страдания. В этом смысле сострадание является чем-то совершенно отличным от жалости. Оно ведёт к великодушию и желанию помочь другим словом и действием. Каруна играет важную роль в Учении Будды, которое называется также Учением Мудрости и Сострадания. Именно глубокое сострадание Будды привело его к решению разъяснить Дхарму всем живым существам. Любовь и Сострадание – это два краеугольных камня практики Дхармы, поэтому Буддизм иногда называют религией мира.

Мудита – это сочувственная радость, которую мы ощущаем, увидев или услышав о счастье и благополучии других, это радость успеху других без оттенка зависти. Через сочувственную радость мы развиваем такие качества сердца, как счастье и нравственность.

Упеккха или равнодушие указывает на спокойное, устойчивое и стабильное состояние ума. Оно особенно проявляется при столкновении с несчастьем и неудачей. Некоторые с невозмутимостью встречают любую ситуацию с одинаковым мужеством, без волнений и отчаяния. Если они узнают о чьей-то неудаче, они не испытывают ни сожаления, ни радости. Спокойно и непринуждённо они относятся одинаково ко всем, в любой ситуации. Регулярное размышление над действиями (карма) и их результатами (vipaka) разрушает предвзятость и избирательность, приводя к осознанию того, что каждый сам является хозяином и наследником своих поступков. Таким образом, возникает понимание того, что хорошо и что плохо, что благотворно и что неблагоприятно и, в конечном счёте, наши действия станут контролируемыми, ведущими к добру и далее к высшей степени освобождающей мудрости. Ежедневная медитация с целью развить эти Четыре Высших Состояния Ума сделает их привычными и таким образом приведёт к внутренней стабильности и избавлению от помех и препятствий.

## 6. Буддийская этика

В любой религиозной, философской или идеологической системе существуют этические нормы, которые нельзя нарушать ее последователям или приверженцам. В большинстве религиозных систем эти этические нормы объединены в законы, которые приписываются и устанавливаются Богом или сверхъестественной силой, находящейся вне человека. Учения же Будды являются психолого-этической системой, в которой этические нормы обуславливаются психологической подоплекой и мотивацией наших действий. Для тех, кто действует вне чистых мотиваций, таких, как непривязанность, дружелюбие и понимание (мудрость), достижение счастья будет чем-то очевидным, вот только их собственные проблемы никогда не исчезнут. Но те, кто действует вне негативных мотиваций, таких, как привязанность, недоброжелательность и непонимание (неведение), будут избегать страданий.

Благородный Восьмеричный Путь включает в себя этические нормы, а именно: Правильная Речь, Правильные Действия и Правильные Средства к существованию. Последователю предлагается минимальные правила в форме

пяти правил (панчашила) :

Я буду воздерживаться от убийства и насилия... от взятия того, что не дано... от чувственного или сексуального проступка... от неправдивой речи... от принятия опьяняющих и одурманивающих веществ.

Из вышесказанного становится ясно, что в Буддизме нет места приказам и запретам. Нет места и комплексу вины. Это скорее одобрение хороших поступков и воздержания от недостойных действий обмана, насилия и опьянения ума.

Правильные Средства к существованию означают, что наша деятельность не должна быть сопряжена с насилием над другими живыми существами, например, торговля живыми или мёртвыми (вследствие убоя) существами, ядами, оружием или опьяняющими веществами. При выборе профессии нам следует склоняться в сторону факторов доброжелательности и полезности с одной стороны, и сострадания и мудрости с другой.

Последователи могут в свободные дни, или один-два раза в месяц, следовать восьми правилам. Таким образом, они учатся контролировать свой ум на благо себя и других. Вот эти восемь правил: я буду воздерживаться от убийства... от взятия того, что не дано... от сексуальных контактов в любой форме... от неправдивой речи... от опьяняющих веществ... от принятия пищи до 6 часов (утром) и после полудня... от украшения тела и развлечений... от использования кроватей и кресел, способствующих лени. (Буддийские монахи и монахини принимают решение следовать 227 основным обетам, включая эти восемь, и множеству второстепенных обетов). Подобно этим правилам, Будда учил тому, как мы можем жить, не принося страдания другим, и как мы можем быть творцами как своего собственного счастья в этом и последующих существованиях, так и безусловной свободы от всех страданий. В этих рамках нравственное поведение обусловлено состраданием ко всем живым существам.

Эти нравственные принципы являются всемирными законами, не зависящими от личности. Поэтому, такие идеи как "заповеди предписанные Богом" неизвестны в Буддизме. Мы сами ответственны за свои действия и их результаты. Каждый может сам для себя решить какие правила и в какой мере он желает их соблюдать.

Некорректно судить о том, насколько кто-либо является буддистом, следуя в той или иной мере обетам. Нет смысла создавать подобные социальные или духовные различия. Напротив, это приведёт к разногласиям между людьми и принесёт лишь зло.

Нравственность (шила) сама по себе не является целью, она — средство достижения духовного развития мудрости, в целях 1) обучения управлению противостоящих сил, 2) развития благоприятных качеств, и 3) создания основы для дальнейшего развития ума, с конечной целью полного освобождения ума от страдания.

## 7. Карма и перерождение

"Ум предшествует всем вещам"

Карма или волевая активность является важным понятием в Учениях Будды и она означает закон Причины и Следствия. В этой жизни мы сталкиваемся с разными людьми. Один рождён в среде аристократов, другой среди трущоб; один негодяй, другой благороден; один живёт долго, другой мало; кто-то

подвержен болезням, другой обладает завидным здоровьем; есть обреченные неудачники, есть удивительные счастливики.

Это не "божий промысел", а результат своих собственных предыдущих действий. Каждый сам создает свои условия. Вот почему Закон кармы не является законом наказания и вознаграждения, но исключительно законом причины и следствия, действия и реакции на это действие. Поэтому мы не можем считать виноватым кого-то другого за наши несчастья. Их возникновению в большинстве случаев способствует иной фактор. Мы сами являемся творцами, создающими себе условия, как приятные, так и неприятные. Нам не следует искать "милосердие" нигде, кроме как в своём собственном уме.

Вот почему Будда указывает как бедным, так и богатым на то, что они сами явились причиной своих условий, и то же самое происходит с ними в настоящее время. Вот почему одобряются действия богатых, направленные на благотворительность и способствующие выходу бедных из их нищеты, и работа бедных с целью улучшить своё положение, а не пассивное прозябание в бедности.

Плохие и хорошие действия определяются их психологическим фоном, мотивацией. Если личность ведома алчностью, ненавистью и заблуждением, то, естественно, данное действие вызовет страдание, в то время как отсутствие этих трёх Корней Страдания принесет счастье и гармонию.

В соответствии с личными действиями, жизненный поток, формирующий ныне наше существование, после смерти стремится к новому воплощению, и таким образом происходит новое рождение. Если неведение и жажда жизни устраняются, то нового рождения не наступает. В соответствии с Учениями Будды не существует души, переходящей или перерождающейся из одной жизни в другую, т.к. не существует — как мы только что убедились — постоянной души или "я". Наша жизнь может быть сравнена с движением и движущей энергией, которая подпитывается и направляется нашими действиями. Так же как отсутствует идентичность или сущность "электричества" необходимого для движения тока в проводках, точно так же не существует души или "я", необходимой для перерождения.

Пока есть кармическая энергия, есть перерождение, подобно тому, как продолжает гореть фитиль лампы, пока есть масло. Для того чтобы остановить эту энергию и освободиться от страданий мы должны приложить усилия, ведущие к уничтожению скрытых тенденций, действующих в наших сердцах. Они есть: вера в "я", вера в то, что церемонии и ритуалы приведут к освобождению, скептическое недоверие, привязанность, недоброжелательность, тщеславие, волнение и невежество. Правильным направлением для этого является практика Благородного Восьмеричного Пути, которая означает развитие Нравственности, Сосредоточения и Мудрости.

## 8. Медитация

За последние годы медитация стала почти утвердившимся понятием в нашем обществе. Но что такое медитация в Буддизме?

Медитация не является: развитием паранормальных сил, попыткой убежать от действительности, молитвой чему-либо или кому-либо или способом исполнения наших надежд и ожиданий. Что же такое медитация? На пали этому соответствует слово бхавана, которое означает умственное развитие или улучшение качества ума, мысленное созерцание. Существует два способа развития ума:

Саматха, или умственное развитие внутреннего мира посредством интенсивной однонаправленности ума (концентрация). Медитация достижения Четырёх Возвышенных Состояний Ума является таким методом.

Випассана, или умственное развитие видения-как-есть и мудрости путём использования осознанности в отношении умственных и физических процессов.

Следовательно, первейшим значением медитации является избавление от ненависти и недоброжелательности в отношении себя и других. Можно различить два метода: 1) обретение знания о возникновении ненависти и недоброжелательности, с последующей способностью определить, хотим ли мы избавиться от них, и 2) развитие бескорыстной, всеобщей, чистой любви (метта).

Но самой по себе безмятежной медитации недостаточно для уничтожения наших скрытых препятствий и обретения полного счастья. Хотя ненависть и недоброжелательность (временно) исчезли, мы остаёмся в плену неведения. Именно с целью рассеять его Будда учил Випассане, медитации мудрости.

Випассана является средством к достижению понимания того, чем является жизнь на самом деле. Всякий раз, когда мы испытываем ощущения посредством наших чувств, мы должны пытаться проникнуть сквозь их иллюзорную природу. У нас есть тенденция видеть вещи внутри и вне нас совершенными, постоянными, удовлетворительными, своими или не-своими. Тем не менее, внимательный ум способен понять их истинную природу и научиться видеть, что в действительности они несовершенны, изменчивы, неудовлетворительны и пусты от самосущности. Это даёт практикующему возможность освободиться от страха, смятения и волнения и от любого иного препятствия, стоящего на пути к внутреннему миру и гармонии.

Как таковая буддийская медитация является безопасным средством развития осознанности, с целью достижения мудрости, и развития способности видения жизни как-она-есть. До тех пор, пока практикующий не укрепит в правильной практике, ему необходимо получать наставления. Учителя медитации в буддийском понимании не являются "гуру"; они – хорошие друзья на Пути к Свободе. Дружба – вот что безусловно ведёт к независимости. Фактически существует лишь один учитель, и им является Будда, а руководством является его Учение.

Учение об Основах пробуждения, развитии и закреплении Осознанности раскрыто Буддой в словах:

"Эти дисциплины – единственный путь, ведущий к очищению существ, к преодолению горя и печали, к прекращению боли и страдания, к достижению Правильного Пути и осуществлению Нирваны (Прекращению Страданий)". И это ясно показывает цели медитации.

## 9. Нирвана

Нир – это отрицание, вана означает соединение или жажду и является силой, которая обеспечивает наш переход из одной жизни в другую. Следовательно, Нирвана – это существование, свободное от уз цикла жизни и смерти вследствие затухания желания.

Существует три пути в Нирвану:

Самма-Самбудда: путь Всемирного Учителя.



Самостоятельное развитие в себе Совершенств (парамит) Боджисаттвы, устремлённого к развитию потенциала для достижения Просветления без помощи других, на благо всех существ. В одно и то же время не бывает более одного Самма-Самбудды.

Пратьека-Будда: путь безмолвного Будды.

Хотя этот Будда достиг такого же Просветления (в период, когда Учения Самма-Самбудды уже известны), он не имеет возможности учить Дхарме в большом масштабе. Эти Будды часто живут вместе группами.

Архата-Будда: путь последователя.

Следуя указаниям Самма-Самбудды эти последователи могут достичь такого же просветления и полностью освободить себя от неведения и желания, и, следовательно, от страданий. Они чрезвычайно важны в поддержании Учения Будды. Они несут Дхарму.

Каждый из трёх типов Будды движим состраданием ко всему живому, и их стремление в первую очередь освободить себя от всех иллюзий исходит не из корысти, а из желания блага всему живому. Их пример и наставления являются искренним благословением бесчисленному множеству существ в сансаре, потому что они указывают путь, ведущий к прекращению всех страданий, Нирване.

Нирвана должна быть достигнута в течение жизни, это не состояние, достигаемое после смерти. Нирвана, которая совершенна, радостна и благословенна, имеет два аспекта: а) просветлённое состояние в этой жизни, когда процессы, формирующие наше существование ещё присутствуют, и б) Нирвана после смерти (Махапаринирвана), где утрачены узы пяти групп привязанности.

Нирвана не является отсутствием всего, лишь потому что мы не способны к её восприятию. Существует хорошая история, иллюстрирующая это. Жила-была черепаха, дружившая с рыбами, и вот после её возвращения с земли подружка рыба спросила, где она была. Когда та ответила, что была на земле, рыба захотела узнать, что такое земля, но так и не могла понять, как что-то может быть твёрдым, на чём можно стоять, потому что она никогда не знала ничего, кроме окружавшей её воды.

Кто достигает Просветления? Нет такой вещи, как "я" или душа, достигающая просветления. Гораздо важнее избавиться от иллюзии "я", чем освободиться от страданий. Узы цикла рождения и смерти – это огонь, перепрыгивающий с одного фитиля на следующий. Просветление подобно угасанию огня. Огонь был здесь, но где он сейчас, мы не можем сказать.

Также Нирвана не включает в себя "религиозное состояние", творца. Это безусловная свобода от всех зависимостей. Нирвана – это высшее счастье, и это счастье может быть достигнуто каждым мужчиной или женщиной.

## 10. Трипитака

Трипитака, или Три Корзины, это название Буддийского Канона; он содержит Учение, данное Буддой. Трипитака состоит из трёх частей:

Виная Питака

Этот сборник содержит Винаю, Свод правил для последователей (Сангхи). Слово виная означает "тот, кто рассеивает зло".

Сутта Питака

Собрание учений, содержит:

- Дигха Никая – Собрание Длинных Поучений, состоит из 34 сутр.
- Маджхима Никая – Собрание Средних Поучений, состоит из 152 сутр.
- Самьютта Никая – Собрание Сгруппированных Поучений, состоит из 2889 сутр, собранных по темам в 56 групп.
- Ангуттара Никая – Поучения, размещённые по номерам, состоит из 8777 кратких сутр.
- Кхуддака Никая – Собрание Коротких Трудов, состоит из 15 книг, среди них: Кхуддака Патха, Дхаммапада, Удана, Итивуттака, Суттанипата, Виманаваттху, Петаватха, Тхераватха, Тхеригатха, Джатака, Ниддеса, Патисамбхидамагга, Ападана, Буддхавамса, Карияпитака.

Абхидхарма Питака

Собрание Аналитических Размышлений, в которых психологические и философские аспекты Учения разъясняются в соответствии с реальностью.

Дхаммасангани

Вибханга

Джатукатха

Пуггалапаннатти

Каттхаваттху

Ямака

Паттхана

Письменная форма Трипитаки была впервые записана (на пальмовых листьях – алу) во времена короля Ваттхугамини Абхая (101-77 гг до н.э.) в Алу-Вихара, Матала около Канди, Шри-Ланка.

Трипитака и комментарии написаны на пали, языке, на котором говорил Будда, а также на санскрите, Тибетском и Китайском. Важнейшими учениями (суттами) являются: Приведение в Движение Колеса Истины (Первое Учение), Основы Осознанности (Сатипхатхана-сутта), Учение о Постепенном Пути к Просветлению или Благословения в Жизни (Мангала-сутта), Любящая Доброта (Метта-сутта), о Повторении (Парабхавана-сутта), о Мирском Развитии (Вьйггапада-сутта) и о Правильном Обществе (Сигаловада-сутта).

## 11. Буддаяна, колесница Будды

За последние годы Буддизм стал известен широкой публике, и интересующиеся могут изучать различные Буддийские школы и традиции. Постороннего наблюдателя может смущать множество течений и внешнее различие форм, в которых проявляет себя Буддизм. Некоторые неспособны увидеть Дхарму за этими течениями. Их может оттолкнуть то, что они искали единство в мире, разделено сектами и конфессиями. Введённые в заблуждение утверждением какой-либо секты типа "моя школа лучше и выше твоей школы", они могут не заметить ценность Дхармы. Будда учит различным путям, ведущим к Просветлению (бодхи), и каждый из них равноценен, иначе Будда не учил бы им. Мы можем назвать это Колесницей Будды (Буддаяна). Важными качествами в Учении являются Любящая Доброта (метта), Сострадание (каруна), и Мудрость (панья). Они являются центральными в любой школе Буддизма.

Со времени Первого Учения Будды, а это около 26 веков, Буддизм распространился по всей Азии. До победы коммунизма в Китае около трети населения Земли исповедовало Буддизм. Каждая страна развила свою особую форму. Основными буддийскими странами являются: Камбоджа (Т), Япония (Д), Южная Корея (К/Д/Т), Мьянма (Т), Сингапур (К), Шри-Ланка (Т), Таиланд (Т), и Тибет (М). Также буддисты есть в Бангладеш, Китае, Индонезии, Непале и Вьетнаме.

Среди множества различных школ мы можем выделить следующие:

**Тхеравада:** Ранний буддизм, главным образом практикуется в Мьянме (Бирма), Шри-Ланке и Таиланде – эта школа использует ранние тексты, написанные на пали. Упор делается на путь Архата-Будды, но также практикуется путь Самма-Самбудды. Здесь гораздо меньше ритуалов, чем в большинстве других школ. (Т)

**Махаяна:** Новые Школы, называемые:

**Тибетский Буддизм:** в Тибетском Буддизме упор делается на путь Самма-Самбудды. Они делят свою систему на Хинаяну (Малую Колесницу), Махаяну (Большую Колесницу) и Ваджраяну (Алмазную или Высшую Колесница). Учения Будды изложены на тибетском. Хотя Далай-лама иногда рассматривается как глава всех буддистов, он исключительно только глава Тибетского Буддизма. (Т).

**Дзен:** Эта форма буддизма развила медитацию Самадхи, направленную на достижение дхьян (по-китайски чань), и в особенности популярна в Японии. Учения Мастеров Дзен играют важную роль. Учения же самого Будды играют, как правило, второстепенную роль. (Д)

**Китайский Буддизм:** Наряду с текстами (на китайском и санскрите) важную роль играют высказывания Патриархов. Как и в других школах Махаяны, имеет место сильная связь с идеалом Бодхисаттвы, т.е. работа на благо всех живых существ и откладывание собственного Просветления до того, как все существа смогут достичь такого же просветления. Основную роль играет Куан Ын (в тибетском буддизме Ченреси или Авалокитешвара). (К)

Каждая страна имеет свою буддийскую культуру, но суть Учения Будды везде одна. Мой призыв к буддистам во всём мире заключается в том, чтобы они продолжали объединяться как последователи одного Учителя, и вместе мы поможем воссиять свету Мудрости и Сострадания в мире.

## 12. Буддийские праздники

Монастырь и контакт с Сангхой играют важную роль в жизни буддиста. Поэтому наиболее важные буддийские праздники также проводятся в монастыре. Преподносится дана (пища и другие подношения) Сангхе, слушается Учения Дхармы, декламируются высказывания Будды, и практикуются индивидуальная медитация и созерцание. Эти праздники – единение в спокойной радости. Существует три главных праздника, важных для любого Буддиста.

**Весак, день Будды**

День Весака, совпадающий с полнолунием в лунном месяце Висакха (май), является самым священным днём для всех Буддистов, т.к. это трижды благословенный день, отмеченный рождением, Просветлением и уходом Будды.

Будда был обыкновенным человеком, он не был богом, или сыном сверхъестественного существа. Что же делает эту дату столь значимой? До его рождения никто не мог достичь Просветления. С его рождением возникла возможность появления Будды в мире, это и делает данный факт выдающимся. С достижением Просветления путь для нас был подготовлен, путь, по которому может следовать каждый с той же освобождающей целью. Уход Будды доказывает очевидность непостоянства, и это есть истинная природа существования, которая, как говорил Будда, должна быть постигнута. В день Весака буддисты осознают эти аспекты и выражают свою приверженность принятием Тройного Прибежища (Будда, Дхарма, Сангха).

Асалха, день Дхармы

После достижения Просветления Будда направился в Бенарес к пяти аскетам, с которыми он ранее практиковал, с целью обучить их Дхарме, чтобы они также смогли достичь Просветления. Это было в лунный месяц Асалха (июль), в день полнолуния. Празднуя Асалху, мы осознаём факт того, что Будда ознакомил мир с Дхармой посредством своего первого учения: "Учение о Приведении в Движение Колеса Истины".

Также празднование Асалхи указывает на основание Сангхи. В тот день первые пять последователей стали членами Сообщества простым фактом того, что следовали указаниям Будды.

Основание Сангхи означало основание Трёх Драгоценностей, Трёх Великих Прибежищ: Будды, Дхармы и Сангхи, обученных последователей, тех, кто практиковал Учение и обрёл его плоды. Члены Сангхи являются носителями учения Будды. Также в день Асалхи начинается затворнический период, васо. Васо совпадает с началом сезона дождей в Азии, и является периодом, в течение которого члены Сангхи не странствуют, но остаются на одном месте, и это более приемлемо для мирян. Целью этого периода является продвижение в индивидуальной практике и развитие внутри Сангхи. Миряне также пользуются преимуществами этого периода. При посещении монастырей они могут практиковать три наиболее важных качества: даяние, нравственность и развитие ума. Иногда этот период неверно интерпретируется как период воздержания от пищи. Это не свойственно Сангхе. Воздержание от пищи не является чем-то выполняемым время от времени, но оно является неотъемлемой частью практики. Вот почему устав Сангхи включает ежедневное воздержание от пищи, начиная с полудня и до восхода солнца (около шести часов утра).

Также васо является периодом отдыха, потому что, в отличие от других месяцев года, в этот период не странствуют. Не имевшие своего жилища последователи постоянно путешествовали, и если они где-то останавливались (в пещере или в лесу), то для интенсивной медитации. По прошествии столетий, чем более Сангха оседала в стране, тем чаще бхикху оставалось в монастыре на целый год или даже на всю свою жизнь.

Катхина, день Сангхи

Катхина празднуется в день полнолуния в одноимённый месяц (октябрь) и завершает период васо. По этому случаю миряне преподносят монахам, о которых они заботились в течение последних трёх месяцев, особое одеяние (катхина-чивара). Это одеяние даруется Сангхой выдающемуся бхикху, чьё имя называется во время празднования Катхина. В этот день миряне могут вновь проявить свою щедрость и свою благодарность за учение, полученное от Сангхи, в виде даяний, перед тем как те опять отправятся в путь. Эта дана известна и по сей день как катхина-дана. \ <http://praktika.narod.ru/>