

Избранные дискурсы Вебу Саядо

Перевод с бирманского Роджера Бишоффа
Опубликовано Международным центром
медитации в традиции Саяджи У Ба Кина
Текст Дхаммы, серия 3, 2003 г.

Введение

Мьянма – одна из немногих стран мира, где буддизм Тхеравады продолжает жить в своей первоначальной форме. Бхикху (монахи) Мьянмы прикладывают все возможные усилия, чтобы сохранить учение буддизма Тхеравады. Учение Будды Готамы главным образом имеет дело с человеческим умом, с тем, как он работает и как связан с телом. Природа человеческого ума не изменилась с тех пор, как Будда открыл путь, ведущий к пониманию абсолютной истины об уме и теле.

Эта окончательная реальность и практика, ведущая к ее осознанию, есть и всегда будут теми же самыми, независимо от экономических или социальных условий, поэтому сегодня люди, воплощающие на практике то, чему учил Будда, могут открыть для себя эту реальность. Если мы устремляемся к завершению страдания, как учил Будда, очень важно не добавлять и не убирать что бы то ни было из его учений, чтобы они оставались действенными и сегодня подобно тому, как они были действенны во времена Будды.

Базис учения – Четыре Благородные Истины: (1) истина о том, что все обусловленные феномены (физические и ментальные) неудовлетворительны, (2) истина о том, что этому есть причина, (3) истина о том, что есть прекращение этой неудовлетворенности, или страдания, и (4) истина о том, что есть путь, ведущий к завершению страдания.

Путь завершения страдания называется Благородный Восьмеричный Путь, и он подразделяется на восемь частей, которые группируются в три практики: *сиила* (моральность), *самади* (контроль ума, сосредоточение) и *панья* (инсайт или мудрость).

В буддизме моральность понимается не так, как в иудейско-христианской традиции. Есть действия, которые называются «искусные», поскольку они поддерживают личное продвижение к Ниббане, и есть «неискусные» действия, которые имеют противоположный эффект. Все действия, основанные на жадности [страстном желании – прим. переводчика], отвращении и неведении закона *каммы* – неискусные.

Наиболее неискусные действия: (1) убийство чувствующего живого существа, (2) воровство, (3) незаконные сексуальные отношения, (4) ложная речь, (5) употребление наркотиков или интоксикантов. Обычно мирские люди-буддисты стараются воздерживаться от этих пяти действий, принимая пять предписаний. Когда действие уже совершено, уже нет возможности избежать его последствий. Последствия могут быть ослаблены путем осознания непостоянства, которое есть предмет медитации инсайта, или же им можно противостоять в некоторой степени благодаря мощным действиям противоположного качества. (1) Однако никто, даже Будда, не может дать «отпущение грехов», поскольку последствия определяются законом *каммы*, который воздействует на всех чувствующих живых существ.

(1) Пример этому можно найти в комментарии к Дхаммападе: Достопочтимый Анурудха (один из учеников Будды) уговаривает свою сестру Рохини, страдавшую от высыпаний на коже, совершить благие действия, приносящие заслуги. Она возвела холл для собраний ордена монахов и подавала еду Будде и группе монахов. Благодаря этому благотворному действию ее болезнь была излечена. См. Дхаммапада-аттхакатха, III 295; Burlingame, *Буддийские Легенды* (Pali Text Society [PTS], London 1979), III, стр. 95, 96.

Достопочтимый Вебу Саядо подчеркивал, что практика медитации – это единственный путь осуществить учение Будды. Изучение писаний хотя и полезно, но не существенно для осуществления Ниббаны, главного блага и цели Буддизма.

Достопочтимого Вебу Саядо считают Арахатом, то есть человеком, который на практике понял Четыре Благородные Истины и достиг завершения страдания. Техника медитации, которой учил Вебу Саядо, – одна из сорока техник, упоминаемых в писаниях для развития *самади*, или сосредоточения. Она называется *Анапана-сати* и требует, чтобы медитирующий осознавал: (1) что он вдыхает, когда он вдыхает, (2) что он выдыхает, когда выдыхает, и (3) место в районе ноздрей, где поток воздуха касается, когда он вдыхает или выдыхает.

В «Висуддимагге» Ашин Буддхагхоша описывает 16 путей подхода к медитации Анапана, но Достопочтимый Вебу Саядо всегда напоминал своим ученикам, что им не нужно все это знать, нужно знать только реальность вдоха и выдоха.

Итак, Анапана — по сути, путь развития *саматхи* (успокоения ума), *самади* (сосредоточения ума до уровня однонаправленности) и *джханы* (состояния поглощенности). Достопочтимый Вебу Саядо сказал, что, когда сосредоточение развито в достаточной степени, медитирующий автоматически обретает инсайт в три характеристики природы: *аниччу*, *дукху* и *анатту*, если его ум открыт для того, чтобы их распознать. *Аничча* означает «непостоянство» или «нестабильность, изменение» и есть характеристика всех обусловленных феноменов, и физических, и умственных. *Дукха* указывает на природу неудовлетворительности всех этих феноменов: ничто, что непостоянно и меняется, не может дать устойчивую удовлетворительность. *Анатта* означает «не-самость», «отсутствие души» и применима ко всем феноменам, и к обусловленным, и к необусловленным. Согласно Будде, нет никакого постоянного эго или души, а есть лишь взаимозависимость физических и умственных феноменов.

В буддизме понимание этих трех характеристик *аниччи*, *дукхи* и *анатты* называется *паньей*, или мудростью, а *панья*, или мудрость, – это качество, которое позволяет медитирующему достичь Ниббаны.

Очень важно, что монах, достигший таких высот, как Достопочтимый Вебу Саядо, вместо того чтобы преподавать философию Абхидхаммы – которая так сложна и интересна – потратил свою жизнь, обучая основам практического буддизма всех, кто был склонен к тому, чтобы послушать. У Хте Хлайн, который собрал некоторые из его лекций (дискурсов), содержащихся в этой книге, пишет: «Достопочтимый Вебу Саядо проповедовал иногда пять, иногда десять раз в день. В его лекции всегда включались семь главных моментов. Если Достопочтимый Вебу Саядо давал 10 000 дискурсов на протяжении своей жизни, то эти ключевые моменты объяснялись 10 000 раз. Он всегда включал их, даже если ему приходилось повторять их снова и снова. Он всегда объяснял учение в простых словах, чтобы обычные люди могли понять. Он старался объяснить Дхамму так, чтобы наиболее сложные вещи становились простыми».

Семь моментов таковы:

- (1) Можно ожидать осуществления своих надежд, только если вы совершенны в моральности.
- (2) Когда вы практикуете щедрость (*дану*) соответственно религии Будды, умственное отношение и намерение очень важны.
- (3) Веря в закон причин и следствий (то есть в закон *Каммы*), мы должны всегда действовать с правильно направленным умом.
- (4) Не стоит стремиться ни к какому человеческому счастью или счастью небесных миров, поскольку они непостоянны, а стоит стремиться только к Ниббане.
- (5) Благодаря приходу Будды, у нас есть возможность практиковать правильное поведение (*карана*) и мудрость (*панья*) совершенным образом, и это может дать нам огромную пользу.
- (6) С рождения и до смерти у нас есть вдох и выдох. Это может понять каждый. Каждый раз, когда мы вдыхаем или выдыхаем, дыхание касается в районе наших ноздрей. Каждый раз, когда оно касается, нам стоит осознавать это.
- (7) Всегда, когда мы гуляем, работаем, что-то делаем, мы должны осознавать вдох и выдох.

Эти семь пунктов иллюстрируют, что в практическом буддизме вера не играет такую важную роль. Ключевая важность придается правильному действию и пониманию, вытекающему из него. Как мы увидим в лекциях Достопочтимого Вебу Саядо, он хотел, чтобы слушатели осознали учение через собственный опыт, сами, а не потому, что они его услышали; и он говорил, что таким образом, когда люди начинали видеть учение как реальность, они могли преодолеть сомнения.

Достопочтимый Вебу Саядо родился на шестой день растущей луны Табаунга в 1257 году Бирманской эры (17 февраля 1896 года) в Инджинбине, маленькой деревне около Швебо в Верхней Бирме. Он прошел ординацию как новичок в возрасте девяти лет и получил имя Шин Кумара. Все мальчики в буддистской Бирме проходят такое посвящение в местных монастырях, когда им около 10 лет, или даже раньше, но обычно они возвращаются домой через определенное время. Однако Шин Кумара решил остаться в монастыре и получить религиозное образование. Когда ему исполнилось двадцать, он получил полную ординацию и стал полноценным членом Сангхи, Буддийского ордена монахов, получив посвящение *Упасампады*, и после этого к нему обращались как к У Кумара.

У Кумара отправился в Мандалай учиться в знаменитом Мазойеинском монастыре, ведущем монастырском университете того времени. Спустя семь лет после своей полной ординации он оставил изучение Палийских писаний и покинул монастырь, чтобы воплотить на практике то, что он узнал о медитации.

Буддийские монахи могут выбрать между двумя вариантами: изучать писания (*парьяти*) или практиковать буддийскую медитацию (*патьяпатти*). В то время как монахи-ученые стремятся жить в обучающих центрах, чтобы иметь возможность преподавать знания более молодым монахам, медитирующие монахи покидают деловую атмосферу монастырей, чтобы уединиться и жить в одиночестве в джунглях. Часто они живут в пещерах или просто под деревьями и вступают в контакт с людьми, только когда идут на свой утренний сбор подаяния.

После того как У Кумара покинул монастырь Мазойеин в Мандалае в возрасте 27 лет, он провел четыре года в одиночестве. Затем он отправился в свою родную деревню Инджинбин с коротким визитом. Его предыдущий учитель в деревенском монастыре попросил У Кумару обучить его технике медитации, которую тот практиковал, и У Кумара это сделал. «Это кратчайший путь к Ниббане, – сказал он, – каждый может его использовать. Он поддерживает исследование и полностью согласуется с учением Будды, сохраненным в писаниях. Это прямой путь к Ниббане».

Есть набор из 13 практик, называемых *дхутанга*, которые часто используют монахи, живущие в одиночестве. Они составлены так, чтобы победить лень и потакание вредным привычкам. Монахи не ложатся, даже не ложатся спать. Они практикуют всю ночь, сидя и медитируя, или медитируют во время ходьбы, чтобы избавиться от сонливости. Тринадцать *дхутанга* могут приниматься по одной или все вместе.

Достопочтимый Вебу Саядо, как говорят, следовал этой практике всю свою жизнь. Он учил, что усилие – ключ к успеху, не только в мирских начинаниях, но также и в медитации, а если вы спите, вы просто зря тратите время. Мне рассказывал один из его учеников, что, когда он проходил ординацию у Вебу Саядо, у него была сетка от комаров и подушка как дополнение к набору того, что имели монахи. Достопочтимый Вебу Саядо указал на них и спросил, что это. «Подушка и сетка от комаров, сэр». «А они входят в набор того, что имеют монахи?» «Нет, сэр». И монах, который проходил ординацию, решил отдать «эти предметы роскоши» своей семье.

Достопочтимый Вебу Саядо предпринимал паломнические путешествия к буддийским местам Индии и Цейлона. Он ушел из жизни 26 июня 1977 года, в медитационном центре Инджинбина, в своей родной деревне.

Изложение

Большая часть этих дискурсов (бесед, лекций — прим. переводчика) давались Достопочтимым Вебу Саядо перед широкой аудиторией во время его поездок по Нижней Бирме. Люди, с которыми общался Достопочтимым Вебу Саядо, были мирянами, они сидели перед ним, поблизости от него.

Некоторые дискурсы переведены из собрания дискурсов, записанных и предоставленных У Хте Хлайном и опубликованных Министерством религиозных дел Бирмы. Другие были записаны с магнитной ленты переводчиком и затем переведены на английский.

Поскольку эти дискурсы давались экспромтом (напрямую с голоса — прим. переводчика), в них могут быть повторения, и их слегка отредактировали, чтобы было легче читать. Но редактировались только очевидные повторения, которые имели лишь риторическое значение. Читатель может находить, что в дискурсах есть повторения, но к этому следует относиться с терпением и «внимательностью», и он сможет обнаружить в них много инсайтов (глубоких идей — прим. переводчика) в практический буддизм.

Достопочтимый Вебу Саядо не был академическим ученым, и его дискурсы не предназначены для интеллектуалов, которые предпочитают изучать буддийскую философию, а не практику. Его свежая простота, его терпение, его милое чувство юмора и его смирение – все они ясно проявляются в диалогах с аудиторией – освещают сторону буддизма, которая не может быть получена посредством чтения текстов и трактатов. К

тому же то, что говорят люди из аудитории, проливает свет на то, как буддизм практикуется в Бирме сегодня.

Терминология на Пали, используемая в дискурсах

Чтобы понять дискурсы, читатель должен быть знаком с основами учения буддизма. Объяснения или моменты, выбранные для разъяснений, не предполагают дать полную картину учения Будды, но они позволяют читателю понять дискурсы, которые вошли в это собрание.

Писания буддизма Тхеравады можно разделить на «Три (*ти*) Корзины (*питака*)», и поэтому их называют *Типитака* на языке пали, на котором они изначально написаны.

Эти три корзины таковы:

- (1) Винайя-питака: Книги о монастырской дисциплине.
- (2) Суттанта-питака: Книги поучений Будды и его главных учеников.
- (3) Абхидхамма-питака: Книги окончательных истин; анализ физических и ментальных феноменов и их основных компонентов.

Академическое обучение (*парийатти*) в буддизме Тхеравады состоит в изучении этих писаний. Практическое обучение (*патипатти*), с чем эти дискурсы в основном и имеют дело, касается практики *сиилы* (моральности), *самади* (сосредоточения) и *паньы* (инсайта, мудрости) и завершается в достижении четырех стадий Ниббаны (*пативедха*).

Слово Дхамма может иметь множество различных значений, но в контексте этих дискурсов оно используется как учение Будды.

Сиила:

Для монахов практика моральности состоит из соблюдения 227 правил. Собрание этих правил называется Патимокша, и это часть Винайи.

Миряне должны соблюдать пять или восемь правил для практики моральности: пять *сиила* (*панча-сиила*) или восемь *сиила* (*упосатха-сиила*).

Панча-сиила:

- (1) отказ от убийства любых живых существ;
- (2) отказ от взятия того, что не дано;
- (3) отказ от неправильного сексуального поведения;
- (4) отказ от неправильной речи (произнесения лжи);
- (5) отказ от интоксикантов и алкогольных напитков.

Упосатха-сиила:

- (1) – (5) те же, что и выше;
- (6) отказ от приема твердой пищи после полудня;
- (7) отказ от танцев, пения, музыки и неподобающих шоу; от использования гирлянд, духов, мазей; а также от украшений и вещей, которые приукрашают;
- (8) отказ от высоких и роскошных сидений и кроватей.

Смысл моральности (*сиилы*), конечно, намного шире. Эти предписания не что иное, как базовая основа Правильного Поведения (*карана*), и ожидается, что мирянин-буддист их соблюдает. Цель моральности (*сиилы*) в том, чтобы установить контроль над речью и физическими действиями.

Самади:

Сосредоточение ума и контроль над умом.

Будда обучал сорока техник достижения *самади*. Анапана – это одна из них. Будда учил, что моральность (*сиила*) – это необходимое условие для *самади*.

Панья:

Панья, понимание посредством личного опыта характеристик, названных Буддой природой всех обусловленных феноменов, то есть *аниччи* (непостоянства), *дукхи* (неудовлетворительности) и *анатты* (отсутствия постоянной личностной сущности, эго, самости или души), достигается посредством медитации Випассана. В медитации Випассана ум устанавливается в совершенном состоянии равновесия, а затем внимание ума направляется на меняющуюся природу (*аничча*), или на неудовлетворительную природу (*дукха*), или на безличностную природу (*анатта*) всех физических и умственных феноменов.

Сиила, *самади* и *панья* называются тремя *сикхами*, троичной практикой. Кроме этого троичного подразделения мы часто находим еще двоичное: (1) *карана* – правильное поведение (*сиила*) и (2) *бхавана* – умственное развитие (*самади* и *панья*).

Другой способ перечислить их таков: (1) *дана* (щедрость, она в иных случаях включается в *сиилу*); (2) *сиила* (моральность) и (3) *бхавана*.

То, что обычно называют существом, то есть дэвы, брахмы, человеческие существа, животные и тому подобные, в буддизме рассматривается как скомбинированная совокупность и непрерывное возникновение и растворение умственных и физических феноменов.

Ум на пали – это *нама*, а материя – *рупа*. И ум, и материя (*нама* и *рупа*) непостоянны и нестабильны. «Но, разъясняя теорию *аниччи*, Будда начал с поведения материи, а материя, познанная Буддой, намного более мелкая, чем атом, открытый сегодняшней наукой. Будда дал понять своим ученикам, что все, что существует, будь оно одушевленным или неодушевленным, состоит из *калап* (которые намного меньше атомов), каждая одновременно умирает и рождается. Каждая *калапа* образована из восьми элементов природы, а именно: твердости, жидкости, жара, движения, цвета, запаха, вкуса и питательных свойств. Первые четыре называются материальными свойствами, они определяют базовые характеристики *калапы*. Оставшиеся четыре – это вспомогательные зависимые свойства, определяемые предыдущими. *Калапа* – мельчайшая частица физического плана – все еще за рамками того, что открыла сегодняшняя наука.

Только когда восемь природных элементов (имеющих лишь характеристики поведения) собираются вместе, образуется *калапа*-сущность. Другими словами, в течение очень короткого момента сосуществования этих восьми природных элементов поведения существует масса, известная в буддизме как *калапа*”⁽¹⁾. Существо также определяют как совокупность пяти агрегатов (*панча кхандха*). В этом случае один агрегат – это *рупа*, или материя, а ум, *нама*, подразделяется на четыре агрегата: (1) *виньяна*: сознание, (2) *санья*:

восприятие, (3) *ведана*: чувство, ощущение, (4) *санкхара*: сила прошлых действий. Как видно отсюда, термин *нама* намного шире, чем английский термин «mind» (ум — прим. переводчика).

(1) Саяджи У Ба Кин, Дхамма тексты, 1985, стр. 92.

Санкхара (или *камма* в часто используемой терминологии) – сила, вызванная прошлыми действиями, причем прошлое означает здесь миллиарды и миллиарды прошлых жизней в *самсаре*, циклах рождения и смерти. *Санкхары* побуждают нас испытывать чувственные впечатления. Все, что мы видим, слышим, испытываем на вкус, обоняем, ощущаем как прикосновения или думаем – другими словами, контакт одного из шести органов чувств с объектом – возникает, главным образом, благодаря силе прошлого, *санкхарам*, или *камме*. То, что не связано с нашей прошлой *каммой*, – это то, как мы обращаемся с этими чувственными впечатлениями.

Есть три возможных способа реагировать на чувственный контакт или чувственное впечатление: *кусала* (искусная реакция), *акусала* (неискусная) реакция) и *авьяката* (нейтральная реакция). На самом деле, нейтральная реакция возможна только для *Арахата*, то есть для того, кто не испытывает влечений (*лобха*) или отвращений (*доса*) и чей ум не затуманен никакой формой иллюзии (*моха*) в том, что касается Четырех Благородных Истин, преподанных Буддой. Каждое разумное существо, однако, может быть более склонно скорее к *кусала*-реакциям, чем к *акусала*. Для того, чтобы иметь возможность реагировать искусно, нужно иметь контроль не только над физическими и словесными действиями, но и над собственным умом. Каждое физическое и словесное действие начинается в уме, а действие, которое запечатляется в *санкхарах* или *камме*, – это умственное волеизъявление, сопровождающее физическое или словесное действие.

Прежде всего медитация Анапана есть не что иное, как инструмент для сосредоточения ума. На этой стадии никакого внимания не уделяется ощущениям, мыслям, эмоциям и тому подобным ментальным феноменам. Внимание ума предполагается удерживать на простом осознании физического прикосновения к коже под носом, на верхней губе. В этом случае три неблагоприятных корня, то есть *лобха* (жадность), *доса* (гнев, отвращение) и *моха* (иллюзия), удерживаются под контролем, и то, что остается, – это Три Благоприятных Корня: *алобха* (не-жадность), *адоса* (не-гнев) и *амоха* (знание, понимание). Это кратковременное сосредоточение ума на физических феноменах приводит к временной умственной чистоте, которая в буддизме называется *самади*.

Чтобы прийти к долговременной устойчивой чистоте ума, согласно буддизму, материальные и ментальные агрегаты должны рассматриваться в свете постоянного изменения (*аничча*), их неудовлетворительности (*дукха*) и отсутствии «я», устойчивой личности или души (*анатта*). Испытывая эти характеристики или даже любую из них, мы можем достичь свободы от всех привязанностей и, таким образом, достичь завершения страдания.

Четыре Благородные Истины

Четыре Благородные Истины, на которые часто ссылаются в дискурсах, следующие:

- (1) Истина о страдании (*дукха*),
- (2) Истина о происхождении страдания (*самудайа*),
- (3) Истина о прекращении страдания (*ниродха*)
- (4) Истина о пути, ведущем к прекращению страдания (*магга*).

Термин *дукха* традиционно переводится как «страдание» (и тот же термин мы также приводили выше как «неудовлетворительность»). Благородная Истина о страдании утверждает, что все обусловленные состояния неудовлетворительны или связаны со страданием. Благородная Истина о происхождении страдания говорит, что страстное желание (*лобха*) – причина возникновения страдания. Благородная Истина о прекращении страдания учит, что страдание прекращается, когда прекращается страстное желание, то есть когда не остается никакого желания, даже в его самых тонких формах. Благородная Истина о пути, ведущем к прекращению страдания, представляет нам Благородный Восьмеричный Путь, который состоит из восьми ветвей, организованных в три группы: *сиила*, *самади* и *панья*.

Сиила:

самма-вача – Правильная речь

самма-камманта – Правильное действие

самма-аджива – Правильный образ жизни

Самади:

самма-вайама – Правильное усилие

самма-сати – Правильная внимательность

самма-самади – Правильная концентрация

Панья:

самма-дитхи – Правильное видение

самма-санкаппа – Правильное мышление

Тридцать один план существования

Будда учил, что вселенная состоит из бесчисленных мировых систем, и каждая мировая система, в свою очередь, состоит из тридцати одного плана существования.

Они таковы:

Четыре плана *арупа* Брахм (это уровни, где ум существует без материи, и они достигаются посредством высших состояний поглощенности, *джхан*).

Шестнадцать тонкоматериальных планов Брахм (достигаемые посредством состояний поглощенности).

Шесть планов Дэвов (достигаемых благодаря практике *сиилы* (моральности, – прим. переводчика) и щедрости).

Человеческий план (достигаемый благодаря практике *сиилы* и щедрости).

Четыре нижних плана: Животных, Духов, Демонов, Адов (достигаемых вследствие плохих действий).

Тридцать один план существования можно разделить на три сферы (*локи*): *арупа-лока*, которая состоит из четырех высших планов Брахм; *рупа-лока*, которая состоит из оставшихся шестнадцати планов Брахм; и *кама-лока*, являющаяся сферой чувственных желаний (*кама*) и включающая четыре нижних плана, человеческий план и шесть планов Дэвов.

Живые существа перерождаются в различных планах соответственно умственным действиям, или *камме*, созданной в момент смерти (*чутти*). Хорошее, чистое умственное действие приводит к рождению на человеческом плане или планах Дэвов. Практика состояний поглощенности (*джхан*) ведет к рождению на Брахманических планах. Если в момент смерти ум нечист, то есть подвержен гневу, жадности, страху, беспокойству и подобным условиям, силы, которые порождаются этим нечистым умом, приводят к рождению на одном из четырех нижних планов существования.

То, что ум воспринимает в момент смерти, – результат действий, совершенных в прошлом, то есть *каммы*. То, как индивидуум обходится с этими восприятиями, зависит от его искусности, другими словами, от того, насколько он может контролировать свой ум. Человек, который не достиг одной из стадий Ниббаны, не может быть уверен, какого рода умственный объект возникнет в момент смерти. Поэтому в буддизме тренировка ума считается сверхважной: если человек достиг контроля над умом, он может удерживать ум сосредоточенным и спокойным даже в моменты страхов и, таким образом, подойти к смерти с уверенностью.

Четыре стадии Ниббаны

Чтобы достичь чистого состояния Ниббаны, завершения страдания в обусловленном существовании, необходимо освободиться от десяти оков, которые привязывают к обусловленному существованию. Этот процесс освобождения проходит четыре последовательные стадии.

Десять оков таковы: (1) вера в существование постоянного эго, я или души, (2) сомнения относительно Благородного Восьмеричного Пути и Четырех Благородных Истин, (3) привязанность к обрядам и ритуалам, (4) чувственное желание, (5) гнев и отвращение, (6) страстное желание тонкоматериального существования, (7) страстное желание нематериального существования, (8) гордость, (9) возбуждение и (10) неполное понимание Четырех Благородных Истин.

Четыре стадии таковы:

I *Соттапатти* (вхождение в поток). Личность освобождается от первых трех из десяти оков, что связывают существо с кругом рождения и смерти: (1) веры в существование постоянного эго, я или души, (2) сомнений относительно Восьмеричного Благородного Пути и Четырех Благородных Истин, и (3) привязанности к обрядам и ритуалам.

II *Сакадагами* (однаждывозвращающийся). Личность ослабляет оковы (4) чувственного желания и (5) гнева.

III *Анагами* (невозвращающийся). Личность полностью освобождается от (4) чувственного желания и (5) гнева и враждебности.

IV *Арахат*. Личность освобождается полностью, раз и навсегда от (6) страстного желания тонкоматериального существования, (7) страстного желания нематериального существования, (8) гордости, (9) возбуждения и (10) неполного понимания Четырех Благородных Истин.

Каждая из четырех стадий, достигаемых посредством Стадии Пути (*магга*) и Стадии Плода (*пхала*), – это технические термины, но они часто используются в Бирме как синонимы Ниббаны. Личностей, которые достигли одной из этих стадий, называют *Ариями*,

Благородными. Эгих стадий можно достичь только благодаря медитации Випассана (инсайта).

Десять парами

Десять *парами* – это набор десяти качеств, в которых личность должна совершенствоваться, чтобы получить возможность достичь Ниббаны. Хорошее действие приводит к увеличению *парами*, только если оно совершается с устремлением достичь Ниббаны. Иначе это лишь достойное действие, которое, хотя и принесет хорошие результаты, но не будет прямой поддержкой усилий, приближающих Ниббану.

Десять *парами* таковы:

- (1) Щедрость (*дана*)
- (2) Моральность (*сиила*)
- (3) Самоотречение (*некхамма*)
- (4) Понимание (*панья*)
- (5) Усилие (*вирья*)
- (6) Терпение (*кханти*)
- (7) Честность (*сачча*)
- (8) Решительность (*адхитхана*)
- (9) Любящая доброта (*метта*)
- (10) Равностность (*упекха*)

Благодаря этому введению должно быть нетрудно понять дискурсы (лекции, беседы, – прим. переводчика). Мы старались не использовать палийские термины, за исключением тех, которые используются очень часто, поэтому было бы желательно, чтобы читатель включил их в свой словарь. Я имею ввиду такие термины, как *сиила*, *самади* и т.п. В конце книги читатель найдет приложение со всеми палийскими словами, чтобы освежить свою память. Палийские термины, которые повсеместно используются в Бирме и не переводятся на разговорный бирманский, читатель сможет найти с объяснениями в сносках.

Я бы хотел добавить, что для читателя нет необходимости разобраться в основополагающих философских основах буддизма перед тем, как начинать читать эти дискурсы. Скорее, важно воспринимать с открытым умом ту глубокую простоту и искренность, которые характерны для лектора и его слов.

Многие объяснения в этом введении опираются на буклет «Дхамма-тексты Саяджи У Ба Кина» (Sayagyi U Ba Khin Memorial Trust, U.K., Dhamma Texts, Series 1, 1985; revised ed., 1991).

Достопочтимый Вебу Саядо и Саяджи У Ба Кин

Достопочтимый Вебу Саядо и Саяджи У Ба Кин были тесно связаны своей работой в Дхамме, начиная с их первой встречи в 1941 году. Вебу Саядо полностью одобрил намерение Саяджи У Ба Кина обучать медитации и фактически передал ему миссию распространять Дхамму, и он продолжал ободрять и поддерживать его на протяжении

всей жизни. В 1953 году Саяджи У Ба Кин пригласил Саядо посетить недавно созданный им медитационный центр на Инья Мианг-Роад в Янгоне (Рангуне). Люди, которые знали Саядо, никогда не думали, что он примет приглашение, так как он никогда не посещал ничего, кроме трех своих медитационных центров в Верхней Бирме, но, ко всеобщему удивлению, он сразу же принял приглашение, которое ему передал один из учеников Саяджи.

Достопочтимый Вебу Саядо предпринял свое первое путешествие в Нижнюю Мьянму по приглашению Саяджи и провел семь дней в Международном медитационном центре. После этого он каждый год посещал Нижнюю Мьянму, в том числе центр Саяджи, чтобы проводить беседы и обучать. Спустя семь лет, в 1960 году, он снова приехал в центр и был в нем с 12 по 17 мая.

Саяджи консультировался с Вебу Саядо относительно учения, и, когда он писал на бирманском трактат под названием «Основы буддийских учений, и их правильное применение», он направил его Вебу Саядо на утверждение в 1953 году. В своем введении к книге Саяджи писал: «То, что мы нашли, и то, что я описываю здесь, – это лишь наши выводы и результаты анализа. Я не считаю, что то, что здесь представлено, – это полностью и абсолютно доказано. Если есть ошибки, я прошу, чтобы другие меня поправили. Я открыт для конструктивной критики и комментариев тех, у кого есть зрелые знания текстов (*патипатти*), а также для замечаний Благородных, которые следуют Учению, – тех, кто активно практиковал в прошлом и усердно продолжает практиковать сегодня. Моя цель – продолжить работу на основе этих комментариев, либо ответить на них и уточнить, либо принять их».

Упоминая «тех, кто активно практиковал в прошлом и усердно продолжает практиковать сегодня», Саяджи думал, в первую очередь, о достопочтимом Вебу Саядо. Он сказал Саядо: «Этот буклет написан в соответствии с инструкциями, которые я получил от вас. Так я обучаю Випассане, пользуясь инструкциями на основе опыта из первых рук. Таким образом, я обнаруживаю общие факторы, ведущие к чрезвычайным достижениям».

Прежде чем опубликовать текст, Саяджи послал его копию Достопочтимому Вебу Саядо для комментариев. Вебу Саядо подтвердил текст *Основ Учения* в письме, написанном от руки, где говорилось: «Я получил текст Саяджи У Ба Кина от моего ученика Маунг Бо. С того дня, как У Ба Кин получил Учение Будды, он практиковал его и осуществлял все время. Сейчас он достиг поста Генерального бухгалтера страны, но в то же время он стремится принести благо другим посредством Учения Будды. Он в совершенстве понял то, что могут понять лишь Благородные, которые истинно следуют и претворяют в жизнь Учения Будды, кто практикует три практики: *сиилы*, *самади* и *паньи* в их первоизданной чистоте, в соответствии с палийскими писаниями. Он взял на себя возвышенные обеты, а трактат, который он составил, впечатляет. Я полагаю, что этот буклет будет способствовать распространению аромата и света Сасаны, соответственно целям истинных буддистов. Вы сделали большое дело [в этой книге]. Теперь оставайтесь внимательным».

В 1965 году Саяджи У Ба Кин прошел ординацию под руководством Вебу Саядо в его лесном монастыре и медитационном центре в Инджинбине, месте рождения Вебу Саядо.

В следующих главах приводятся соответствующие выдержки из биографии Саяджи У Ба Кина, написанной его учеником У Ко Лей, бывшим вице-ректором университета Мандалай, а также дополнительные материалы, переданные Саяджи У Чит Тином.

Из Янгона к Вебу

В 1941 году Саяджи стал Генеральным бухгалтером Бирманской железной дороги. В этом же году разгорелся огонь мировой войны. Небо Мьянмы было тоже покрыто облаками войны. В июле Саяджи поехал экспрессом, имея в своем распоряжении специальный вагон, чтобы провести инспекцию бухучета на станции Мыит Тха. Когда он увидел, что другой уполномоченный ревизор уже это сделал, у него появилось немного свободного времени. Его вагон отбуксировали на станцию Кьяуксай и перевели на запасной путь, так как у него с собой была кое-какая работа на несколько дней. Прямо на восток от железнодорожной станции виднелся темный силуэт холма Шве Тха Льяунг, который словно манил Саяджи. Он отправился туда без промедления в сопровождении ассистента начальника станции, чтобы выразить почтение пагоде, что располагалась на холме. После того, как он это сделал, он осмотрелся вокруг, наслаждаясь пышным зеленым пейзажем.

На севере находился небольшой холм, и у его подножия виднелся небольшой монастырь со бамбуковыми хижинами. Когда Саяджи спросил своего спутника о нем, тот ответил, что там, в одной из хижин, живет монах, которому стоило бы выразить почтение. Монах жил в хижине, и, поскольку он выбрал место для жизни у подножия Холма Вебу, его называли Вебу Саядо. Люди, которые жили поблизости, выражали почтение и уважение этому Саядо, поскольку они считали, что он Арахат. Саяджи тотчас почувствовал волнение внутри и хотел пойти выразить почтение этому Саядо. Он стал спускаться к этому небольшому холму, но сопровождающий сказал, что по этой стороне горы невозможно спуститься. «Саядо сейчас не принимает посетителей, – добавил ассистент начальника станции. – Я вас провожу к этому месту после обеда».

Придя на станцию, они пообедали. Затем Саяджи пошел помедитировать в свой вагон. Он сосредоточился, наполнив ум *меттой* в отношении Вебу Саядо, и мысленно передал Вебу Саядо, что хочет прийти и выразить почтение. В три часа вечера Саяджи позвал своего спутника, и они отправились на повозке, запряженной лошадьми, в долину Вебу. Когда дорога стала слишком разбитой, они слезли с повозки и продолжали свой путь пешком. Стоило им войти в долину Вебу, как их ум стал очень тихим и спокойным. Они увидели Пагоду Конавин высотой девять кубитов (4,1 метра, – прим. переводчика), а также Сиима-холл (х для ординаций и собраний, – прим. переводчика), и выразили почтение им.

В этот момент они увидели двух служительниц из мирян. Поскольку больше никого не было, они спросили их, можно ли выразить почтение Вебу Саядо. «Сейчас не время, – был ответ. – Вы можете его увидеть лишь во время завтрака и вечером, когда он проводит дискурс». Саяджи сказал мирянкам-служительницам, что ему не так важно увидеть Вебу Саядо лично. Если бы они показали ему, где тот пребывает, он бы выразил свое уважение просто на улице перед хижинкой. Мирянки-служительницы показали Саяджи маленькую бамбуковую хижину, и он подошел поближе. Он снял свои сандалии, поклонился, припал к земле и выразил почтение. Про себя Саяджи произнес: «Ученики из Янгона здесь, чтобы выразить вам почтение, Сэр».

Маленькая дверь хижины неожиданно отворилась, и из нее выглянуло лицо Вебу Саядо. «Чего ты хочешь, когда выражаешь почтение, великий ученик из мирян?» – таковы были первые слова Саядо.

«Господин, я хочу достичь состояний пути и плода, Ниббаны», – ответил Саяджи.

«О, ты хочешь Ниббаны, – сказал Саядо. – Как же ты туда попадешь?»

«Господин, путь к Ниббане – знание, обретенное благодаря медитации Випассана, *панья*, – ответил Саяджи. – Я также направляю свой ум на осознание аниччи в данный момент».

«О, – сказал Саядо, – *саду, саду, саду* (хорошо сказано, сделано). Как ты получил Дхамму?»

Саяджи ответил, что он медитировал семь дней под руководством своего учителя и покровителя Сая Тхет Джи; затем он продолжал сам. Даже путешествуя, как теперь, он медитировал в своем вагоне.

«Тогда у тебя есть *парами*, великий ученик из мирян, -- сказал Саядо. – Я думал, что ты, должно быть, провел много времени в одиночестве в лесу, прилагая огромные усилия».

Они провели более часа, беседуя таким образом, затем, получив разрешение предложить вегетарианскую еду следующим ранним утром, Саяджи и ассистент начальника станции возвратились на станцию Кьяуксай. На следующий день они приготовили еду и отправились предложить ее Вебу Саядо. Он принял еду и порадовал их снова беседой о Дхамме. Люди, которые также пришли предложить завтрак, говорили, что Вебу Саядо никогда не говорил столь долго раньше. В конце он сказал: «Великий ученик, ты должен давать Дхамму, делиться Дхаммой, что имеешь, со всеми. Ты не можешь знать, встретишь ли ты снова учеников, которые сейчас с тобой. Сейчас же, когда ты встречаешь их, давай им Дхамму. Показывай им Дхамму, хоть в малой степени. Давай Дхамму. Не жди». Так Вебу Саядо наставлял и побуждал Саяджи.

Саяджи последовал словам Саядо. По возвращении на станцию Кьяуксай он обучал ассистента начальника станции в своем вагоне. Это был первый человек, которого Саяджи У Ба Кин обучал Дхамме.

Приглашение Саяджи У Ба Кина для Вебу Саядо

В 1953 году Саяджи послал У Бун Шайна, который работал в офисе Генерального бухгалтера, в Кьяуксай, чтобы передать формальное приглашение Вебу Саядо. Саяджи не дал У Бун Шайну формального письма-приглашения. «Просто скажи, что я тебя послал», – сказал Саяджи и дал ему инструкции о приглашении. Он добавил, что он бы пригласил Саядо, если тот будет с оказией в Янгоне.

У Бун Шайн сделал свою первую остановку в доме своего друга в Мандалае. «О, это ты, дорогой У Бун Шайн, – сказал его друг, приветствуя его. – Что привело тебя в Верхнюю Мьянму так неожиданно?»

«Мой учитель послал меня с особой миссией, – ответил У Бун Шайн. – Я прилетел на первом же самолете. Ты мог бы дать мне машину?»

«Да, господин. Генеральный бухгалтер У Ба Кин вместе со своими коллегами по офису основал в 1951 году Ассоциацию Исследования Випассаны. Он научно изучает их опыт медитации, и собрал свои открытия в небольшой буклет, который называется «Основные исследования Учения Будды и его правильное применение». И он хотел бы представить его вам на ваше одобрение. Благодаря вашей любящей доброте и ободрению, он смог основать Ассоциацию исследования Випассаны в новолуние, в день Кесона в 1951 году, и все служащие офиса Генерального бухгалтера получили разрешение войти в ию. Семьи сотрудников тоже захотели присоединиться, так что комната для медитаций стала слишком мала. В результате мы купили участок земли на шоссе Инья Мьяин. Там был открыт медитационный центр в новолуние, в день Кесона в 1952 году, где обучает Саяджи. Он построил Дхамма Яунг Чи Чети на небольшом холме, и теперь его главная задача – обучение Дхамме иностранцев».

Достопочтимый Вебу Саядо смотрел на У Бун Шайна с любящей добротой, когда он давал эти разъяснения, и не задавал никаких вопросов. Затем У Бун Шайн передал сообщение Саяджи У Ба Кина. «Теперь в центре есть пагода, – сказал он, – в ней восемь ячеек для медитации. Мы также построили жилые помещения, чтобы вы могли жить в Дхамма-Холле. Саяджи послал меня с просьбой, чтобы вы приехали в Янгон и благословили Яунг Чи Чети Дхаммы, который построили примерно год тому назад».

Два ассистента и женщина, которые присутствовали при этом, посмотрели на У Бун Шайна и Саядо с сомнением, когда он произнес это, а У Бун Шайн продолжал: «У меня особое сообщение, которое я вам должен передать от Саяджи У Ба Кина, господин. Люди Кьяулсай, Швебо и Кин У имеют возможность выразить почтение качествам *сиилы*, *самади* и *паньи*, воплощенным в Достопочтимом Саядо, но есть многие в других частях Бирмы, кто не могут так легко воспользоваться такой возможностью, чтобы выразить почтение Саядо. Ваши заслуги огромны, и ваша способность обучать очень велика. Мест, где люди могут получить Учение, очень мало. Достопочтимый господин, великий ученик У Ба Кин просит, чтобы вы оставили ваши монастыри и чтобы с вашей великой любящей добротой (*меттой*) и состраданием (*каруной*) вы совершили поездку по стране и передали Дхамму всем людям Бирмы. Он говорит, что сейчас для Саядо хорошее время, чтобы это сделать».

У Бун Шайн закончил свою краткую речь. Он вытер пот со лба носовым платком и ждал ответа Саядо. Все, кто был в его маленькой бамбуковой хижине, молчали.

«Когда ты хочешь, чтобы мы приехали в Янгон?» – прервал молчание голос Саядо.

«Когда вы захотите, господин», – ответил У Бун Шайн с дрожью в голосе.

«Ладно, я не думаю, что мы можем выехать завтра, – сказал Вебу Саядо. – Это, должно быть, будет послезавтра. Вам подойдет, если мы приедем послезавтра?»

У Бун Шайн был так счастлив, что едва мог говорить: «Это... удобно, господин. Я сообщу в Янгон немедленно, чтобы все приготовили».

Саядо послал за двумя монахами, У Ньяной и У Саманой. Когда они пришли, он сказал: «Мы едем в Янгон дать там наставления ученикам. Подготовьте все для путешествия с этим учеником-мирянином. Мы поедем в составе шести монахов и двух ассистентов».

Оба монаха были настолько поражены, что едва могли поверить своим ушам. Они вышли наружу и попросили У Бун Шайна объяснений. Затем они перешли к подготовке к путешествию в Янгон. Это была пятница, 3 июля 1953 года. Они договорились, что путешествие начнется в воскресенье, 5 июля. У Бун Шайн вернулся в хижину Саядо выразить почтение и сообщить о подготовке.

«Саядо и его ученики полетят самолетом в Янгон в воскресенье, – сказал он. – Пожалуйста, проинформируйте вашего ученика, если есть какие-то особенные требования насчет вашего пребывания в Янгоне».

«Просто попроси великого ученика в Янгоне обеспечить условия для туалета в соответствии с правилами для монахов, сформулированных в Винае, – сказал Достопочтимый Вебу Саядо. – Больше ничего не нужно».

У Бун Шайн поехал назад в Мандалай и направился прямо к переговорному пункту, чтобы позвонить в Янгон. Офис Генерального бухгалтера был одним из самых важных государственных департаментов, поэтому была возможность туда позвонить, и У Бун Шайн смог легко связаться с Саяджи и сообщить ему приятную новость. Затем он отправился в офис своего друга и рассказал ему, что произошло. Его друг был очень удивлен. У Бун Шайн остался в офисе друга, чтобы дождаться новостей от Саяджи. Через час ему передали, что все было организовано. Билеты были куплены, места в самолете зарезервированы для монахов, учеников-мирян и У Бун Шайна. Они планировали покинуть Мандалай в воскресенье, в полдень, и прибыть в Янгон в 2:30 пополудни. Их должны были встретить в аэропорту.

В Международном медитационном центре в Янгоне все приготовления для Саядо и его сопровождающих были проведены быстро: их жилища, одеяния, условия туалета и тому подобное.

Достопочтимого Вебу Саядо привезли из аэропорта на большой машине. Люди, которые пришли его поприветствовать, стояли с обеих сторон пролетов лестницы, ведущей к пагоде, и на площадке возле пагоды. Когда машина остановилась внизу перед ступенями, сам Саяджи открыл дверь. Выйдя из машины, Вебу Саядо посмотрел на пагоду, которая недавно обрела позолоченный купол. Купол сиял и переливался от солнечного света. Саядо остановился у подножия ступеней и с глубоким почтением поднял руки в направлении пагоды. Лишь после этого он медленно стал подниматься по ступеням в направлении площадки пагоды.

Когда они дошли до площадки пагоды, Саяджи поднял свои руки с соединенными ладонями и указал дорогу. Они обошли пагоду три раза, так что она оставалась справа, а затем Саяджи пригласил Саядо войти в пагоду со стороны северной ячейки. Саядо вошел в центральную комнату. Ученики Саяджи У Ба Кина уже сидели в ячейках вокруг центральной комнаты и вокруг пагоды. Соединив ладони, они подняли руки в знак уважения Саядо, и выразили почтение, сосредоточив свой ум на Дхамме.

Тогда Саяджи сказал: «Эта Яунг Чи Чети Дхаммы – место, где мы можем поклоняться трем Благородным Драгоценностям – Будде, Дхамме и Сангхе, и где мы можем воздать им должное и выразить свою благодарность. Это место, которое мы построили, чтобы оно

стало центром учения о Состояниях Пути и Плода для мира, которому мы можем следовать на основе качеств *сиилы, самади и паньи*». Достопочтимый Вебу Саядо совершил свое путешествие сюда, чтобы дать нам необходимые силы, защиту, а также свое руководство. После того, как мы примем предписания (*сиилу*) вместе с ним, мы сосредоточим наш ум на аспектах Дхаммы, которые мы осознали, выразим уважение и почтение Будде, Достопочтимому Вебу Саядо и монахам, что его сопровождают. Пусть Сака, царь Дэвов, Четыре Хранителя Мира и все великие Дэвы сойдут в это место! Пусть они присоединятся к нам в благом действии выражения почтения Будде, Дхамме и Сангхе. И пусть они защитят нас!»

После этого все приняли тройное прибежище и моральные предписания от Достопочтимого Вебу Саядо, и затем все выразили свое почтение, медитируя пять минут.

Саяджи рассказал, как он впервые встретил и почтил Вебу Саядо в 1941 году. Он сказал, что он начал обучать после того, как Вебу Саядо наставлял его поступить таким образом. Саяджи говорил, как он основал Ассоциацию исследования Випассаны при офисе Генерального бухгалтера, а также как он обучал медитации сотрудников офиса и иностранцев, которые благодаря этому стали буддистами. Участок, прилегающий к шоссе Инья Мьяинг был куплен, как только была организована Ассоциация, здесь же была построена пагода Яунг Чи Чети Дхаммы. В этом же месте был образован Международный медитационный центр с целью распространять Дхамму Будды по всему миру.

Когда Саяджи говорил, лицо Достопочтимого Вебу Саядо сияло улыбкой. Было очевидно по его выражению, что он был счастлив слышать то, что говорилось.

Саяджи продолжал, повторив то сообщение, которое он просил У Бун Шайна передать Саядо в Кьяуксай. Он объяснил Вебу Саядо, что миряне оказывали поддержку в освоении Учения Будды (*париятисасана*), предоставляя четыре необходимых условия для монахов, хранящих тексты, и устраивая экзамены по палийским текстам. Он говорил об энергичных усилиях, прилагавшихся для организации центров медитации Випассана, чтобы Учение Будды и практика Учения Будды (*париятти-сасана*) могли распространяться. Правительство также хотело поддержать Сасану, организовав проведение Шестого Буддийского Собора.

Затем Саяджи сказал, что мощь *сиилы, самади и паньи* Вебу Саядо столь огромна, что присутствие Саядо имеет величайшее значение для усиления Сасаны. До сих пор, однако, лишь люди Кьяуксая, Швебо и Кин У имели возможность получить пользу от вдохновляющей любящей доброты (*метты*) Вебу Саядо. Во всей Мьянме, говорил Саяджи, было много живых существ, кто обладал совершенствами (*парами*), и Саядо должен был посмотреть на них со своим огромным состраданием, так как пришло время, чтобы те, кто практикует Учение Будды, лучше продвинулись в учении. Он попросил Саядо обучить Дхамме и распространить Дхамму из пагоды Яунг Чи Чети Дхаммы в этот благоприятный период.

После того, как Саяджи закончил, Достопочтимый Вебу Саядо сказал: «Практика Учения Великого Учителя ведет к устранению страдания. Вы все знаете это сами. Очень благородно передавать свою Дхамму дальше, передавать другим. Это самый благородный подарок из всех. Представьте, насколько вы должны быть благодарны Будде. Вы практикуете Дхамму. Эта практика – высшая практика. Вы все делаете

благородную работу в благоприятном месте. В результате вы получите огромную пользу. Результаты ваших усилий будут соответствовать силе ваших *парами*. Настройте силу своих усилий и продолжайте практиковать соответственно указаниям Будды. Таким образом вы достигнете всего, чего следует достичь. Мы приехали сюда в ответ на ваше приглашение, чтобы не упустить возможность оплатить наш долг перед Буддой, то есть чтобы мы могли отдать наш долг благодарности Будде. В старые времена те, кто обладал мудростью, тоже работали таким образом, будучи постоянно внимательными, и они достигли своей цели. Точно так же и сегодня Благородные добиваются успеха, прилагая усилия и настойчиво работая».

Все присутствующие были счастливы и сказали с величайшим одобрением: «*Саду, саду, саду*». После этого Вебу Саядо отвели в его комнату, в здание, которое было оборудовано как временный монастырь, и все другие монахи также отправились в свои комнаты. В шесть часов вечера были поданы холодные напитки для Вебу Саядо и монахов, а после этого Саядо провел беседу с теми, кто пришел из Янгона выразить ему свое почтение. На следующий день множество жителей города пришли в медитационный центр. Среди них были президент Сау Шве Тхайк, судьи, министры правительства. Все они сделали свои подношения в виде еды, одежды и много другого. Для тех, кто приходил выразить почтение Достопочтимому Вебу Саядо, он проводил по три дискурса в день. При этом также присутствовали и студенты медитационного центра. Саяджи заботился о них и делал все, чтобы они получали Учение. Монахи Достопочтимого Вебу Саядо медитировали в ячейках пагоды, а сам Саядо каждое утро и вечер медитировал в центральной комнате, наполняя пагоду *Бодхи-дхату, Дхамма-дхату* и *Ниббана-дхату*.

Таким образом жители Янгона могли выразить почтение и получить Учение от Вебу Саядо в течение семи дней. Они обрели такую возможность благодаря заботе Саяджи, его любящей доброте и дальновидности, а также благодаря членам Ассоциации Випассаны. И жители Янгона были им очень обязаны за это.

По прошествии семи дней Достопочтимый Вебу Саядо и монахи, сопровождавшие его, вернулись в Кьяулсай поездом, забрав с собой множество подарков, преподнесенных в Янгоне. Когда люди слышали, что Достопочтимый Вебу Саядо посетил Международный медитационный центр, они хотели, чтобы он приехал в их деревни, города и районы. В Янгоне бывший президент Сау Шве Тхайк организовал Ассоциацию, которая должна была устраивать визиты Саядо в столицу. Он был приглашен вновь в мае 1954 года. Во время пребывания во временном монастыре Ассоциации, 1 мая, Достопочтимый Вебу Саядо пришел в Международный медитационный центр и медитировал с Саяджи и его учениками в Яунг Чи Чети Дхаммы. В тот день он провел беседу в Дхамма-холле центра в пять вечера, там же ему преподнесли пожертвования.

После этого Достопочтимый Вебу Саядо приезжал в Янгон каждый год по приглашению Ассоциации. Он посещал Международный медитационный центр 10 мая 1955 года, 21 февраля 1957 года и 5 апреля 1958 года. Каждый раз во время своих визитов он медитировал с Саяджи У Бакином и его учениками в пагоде Яунг Чи Чети Дхаммы, а затем проводил беседу в Дхамма-холле. Члены Ассоциации Випассаны всегда делали подношения в виде одеяний (роб) и других атрибутов для монахов.

В 1960 году, через семь лет после первого визита Саядо в Международный медитационный центр, Саяджи послал ему следующее письмо:

“Ассоциация Випассаны
Офис Генерального бухгалтера
Янгон, Мьянма
(15-й день новой луны от Натдо, 1321 год /14 декабря 1959 года)

Маунг Ба Кин с почтением адресует Вебу Саядо!
С месяца Вагаунг 1302 года [августа 1940 года], когда ваш ученик впервые встретил Достопочтимого Саядо во время своей служебной командировки по поручению отдела бухгалтерии железной дороги, ваш ученик взялся за многие задачи и выполнял обязанности по служению Сасане, следуя указаниям достопочтимого Саядо. Достопочтимый Саядо сам видел Яунг Чи Чети Дхаммы и успешную организацию медитационного центра. Он видел, что многие иностранцы со всего мира получили Дхамму от его ученика.

В 1315 году (июнь 1953 года) достопочтимый Саядо приехал в медитационный центр на Инья Мьяинг Род и остановился там на семь дней. В течение этих дней Саядо давал охлаждающее лекарство для бессмертия. Саядо помнит, что, посеяв столь особенные семена Сасаны, он инициировал активное распространение Учения.

С тех пор, в течение более шести лет Достопочтимый Саядо путешествовал по многим местам Мьянмы и безмерно дарил благо живым существам. Ваши ученики тоже могут сказать, что их работа давала хорошие результаты.

Поскольку мы вступаем в седьмой год, с момента, когда Саядо впервые посетил нас, ваши ученики просят, чтобы вы оказали нам честь и посетили Международный медитационный центр вместе с Сангхой на десять дней ради блага и развития Сасаны, ради блага и развития живых существ и ради того, чтобы привнести вдохновение. Если Саядо пожелает приехать, все будет сделано, чтобы соответствовать пожеланиям Саядо.

Ученики Саядо полны надежды и с почтением просят Саядо приехать на десять дней в этот медитационный центр, что так дорог Саядо, который из великого сострадания и великой любящей доброты стремится к тому, чтобы Сасана продолжала расти. Если он сможет приехать, ученики под его защитой и руководством, и монахи, и миряне, получат возможность почувствовать необычайный вкус Дхаммы (*Дхамма-раса*). Поэтому ваши ученики нижайше и настоятельно просят Саядо порадовать нас своим визитом.

Маунг Ба Кин
Международный медитационный центр
Инья Мьяинг Род, Янгон

Достопочтимый Вебу Саядо не мог быть в центре в течение десяти дней, поскольку уже принял другие приглашения. Но он действительно приехал и пробыл пять дней (с 13 по 18 мая 1960 года). Еще раз те, кто был в центре, могли оказать почтение Саядо, так же, как и в прошлый раз. Среди прочих там был и американец, доктор Хислоп, который медитировал примерно месяц до презда Вебу Саядо. Доктор Хислоп принял Тройное Прибежище от Саядо. Достопочтимый Вебу Саядо был очень этому рад и сказал Саяджи учить больше иностранцев. В последний день своего визита он особенно отметил в своей лекции: «Я тоже начал учить в этом месте» — он повторял это снова и снова.

После 1960 году не было никаких специальных приглашений, просивших Саядо приехать в Международный медитационный центр, но медитирующие из центра всегда шли выразить ему почтение, когда он бывал в Янгоне. Вебу Саядо продолжал поддерживать Саяджи в его международной миссии по распространению Дхаммы.

Отчет У Ко Лей об ординации Саяджи

Около половины пятого мы прибыли в монастырь Вебу Саядо, в лесную обитель Инджинбин, в пригороде Кин У. Небо было покрыто облаками в течение всего путешествия, это спасло нас от жестокой жары, так что мы приехали в монастырь, будучи свежими.

Мы сразу же проинформировали У Сумана (племянника Саядо, который был монахом, ответственным за трапезу) о нашем приезде и о причине нашего визита. Он пошел доложить Вебу Саядо. Саяджи и я были размещены в новом здании, которое построили на пожертвования владельцев рисовой мельницы У Ба Ту и До Хумин. В этот вечер около семи Паук Тау Саядо У Сасана провел ординацию для Саяджи и для меня как саманеров (новичков), и около восьми мы отправились выразить почтение Вебу Саядо. Мы попросили, чтобы Саядо стал нашим наставником и чтобы он признал нас своими учениками. Саядо спросил у Саяджи день недели, в который он родился, и помнит ли он имя, которое ему дали, когда он проходил свою ординацию как саманера, будучи мальчиком. Саяджи ответил, что он родился в понедельник и что Швей-гон-таинг Саядо дал ему имя У Кусала, когда посвящал его как новичка.

«Это имя тебе хорошо подходит, великий мирянин-ученик, – сказал Саядо. – Это будет также твоим именем как монаха».

Поскольку я не помнил свое имя прошлой ординации, Саядо раздумывал минуту и затем сказал: «Поскольку ты был рожден в субботу, я дам тебе имя Ашин Теджинда».

В пятницу, 18 июня 1965 года, группа учеников-мирян собралась в Дхамма-холле после девяти часов, чтобы выразить почтение Саядо. После того, как Вебу Саядо провел поучения (дискурс), он все подготовил для ординации. Так же, как и на моей предыдущей процедуре ординации, мужчины из деревни, которые предложили подношения монастырю, посадили будущих монахов в паланкины и на своих плечах пронесли их вокруг территории монастыря. В процессии за мужчинами шли женщины, они несли пальмовые листья и цветы. Звучали барабаны и другие музыкальные инструменты. После этого Саяджи получил подношения еды, которую предлагали более чем пятидесяти монахам и новичкам.

Около часу дня Саяджи и я (все еще саманеры) проследовали в Сима (холл для ординаций), который был перед Тилока Саббанью Чети, чтобы принять участие в церемонии ординации с участием местной Сангхи. Когда Вебу Саядо пришел, мы стали *Дуллубха бхикху* под его руководством и вошли в круг Сасаны. Читающими Каммавача (Каммава по-бирмански: формальная процедура; в данном случае — ординация) были Саядо У Сасана из монастыря Пауктау и У Осара из монастыря Сауджи, Саядо У Ньяна из монастыря медитации Вебу, У Сумана из Инджинбинского монастыря, а также многие другие. Мы стали монахами в 2:06 после полудня. Поскольку небо было покрыто облаками с самого утра, было невозможно измерить длину тени и зафиксировать ее как меру времени.

Благодаря Будде, Знатоку Трех Миров, Всеведущему, в год 2509 по буддийской религии, в 1327 году по Бирманскому календарю, на четвертый день убывающей луны в месяц Найон, в четверг, в два часа и шесть минут после полудня, мы прошли ординацию под руководством Саядо из Инджибинского монастыря, перед экспертами Каммавы, и стали Сангхой (монахами), которых было всего восемнадцать. Ашин Кусала и Ашин Теджинда взошли из более низкого состояния новичков в возвышенное состояние монашества.

В четыре часа, став монахами, мы переехали из той части монастыря, что была для мирян, в здание, предназначенное для монахов. Здание называли Ян-аунг-мингалар-кьяунг («благоприятный монастырь для преодоления опасности»). Средства для этой части монастыря были пожертвованы У Аунг, Дау Йин и их семьями, которые были с Рыночной улицы из квартала Шантау в Монива. Здание было новым одноэтажным строением, и У Кусала и У Теджинда были первыми монахами, которые поселились там. Там был водопровод, так что у нас был смываемый туалет и ванная комната. У нас также было электричество. Саяджи (У Кусала) жил в первой комнате к входной двери, а я был в дальней комнате, возле ванной. У Хла Тун жил в маленькой хижине для медитации за задней частью нашего здания. Он там готовил нашу первую утреннюю трапезу.

В 5 часов вечера мы отправились в Типитака-библиотеку, чтобы выразить почтение Саядо вместе с другими монахами. Затем в 6:00 мы пошли на встречу с Саядо в его резиденции, и Саяджи предложил как пожертвование следующие предметы: набор текстов Питаки, пять наборов монашеских одеяний, пять зонтов, пять пар тапочек и пять одеял.

В субботу, 19 июня 1965 года, был наш первый день в качестве монахов. Мы следовали тому же расписанию, которое у нас было во время курсов по медитации в Международном медитационном центре на Инья Мьяинг Роад, в Янгоне. Я проснулся чуть раньше четырех утра. Не знаю как рано проснулся Саяджи. Я нашел его сидящим со скрещенными ногами на кровати, он медитировал.

После нашей первой трапезы на рассвете, которая состояла из риса, смешанного с разными ингредиентами, мы продолжали медитацию в нашем монастыре. Затем Саяджи пошел полить молодое дерево Бодхи, и он прочел Удану и Паттхану. Он пробуждал Бодхи-дхату (элемент пробуждения). После нашей полуденной трапезы в одиннадцать часов мы продолжали медитировать, следуя тому же расписанию, что и в центре в Янгоне. С пяти до девяти вечера мы выполняли упражнение, прогуливаясь туда и обратно, а затем пошли на встречу с Саядо. Мы выразили ему почтение и прочие обязанности перед ним. С девяти до одиннадцати мы медитировали, а затем отправились спать. Мы соблюдали это расписание каждый день, и я полагаю, что таким образом мое следование монашеским правилам было более совершенным, чем в первый раз, когда я был там.

Саяджи провел большую часть времени, цитируя стихи Уданы, Уддессы и Ниддесы из Паттханы, Паттханы Паньявары и Махасамая-сутты. Он это делал в тени дерева Бодхи или в нашем монастыре.

В воскресенье, 20 июня 1965, мы пошли пройтись по территории нашего монастыря после еды на восходе. Мы увидели, что достопочтимый Вебу Саядо ходит туда-сюда. У него в руке была метла, и если он замечал где-то мусор, он его подметал. Также он подметал под некоторыми цветущими деревьями, где земля была покрыта засохшими цветами.

Примерно в двадцать минут восьмого Саядо подошел к нашему зданию. Миряне подметали территорию монастыря. Саядо подошел к нашему монастырю и стоял там, пока мы выражали ему почтение. Сначала он ничего не говорил. Его глаза осматривали комнату. Затем он посмотрел на нас.

«С вами все в порядке? – спросил он. – Вы развиваете понимание?»

Саяджи сказал ему, что он хотел бы пожертвовать триста кият на строительство пагоды в месте рождения Вебу Саядо и двести кият на то, чтобы отремонтировать место Будды под деревом Бодхи. Саяджи также сказал, что хотел бы прислать в монастырь цветущие деревья. Вебу Саядо принял эти подношения и снова оставил нас.

Время нашего приезда точно совпало с началом подготовки к строительству пагоды в месте, где родился Вебу Саядо. Это было в деревне Инджинбин. Если поехать по дороге перед воротами монастыря, через довольно короткое время вы приедете в Инджинбин. Дом, где раньше жила семья Вебу Саядо, находился на севере деревни, возле граничного забора. Именно здесь Шве-чет-тхо-Чети была построена для Саядо.

У Саядо было три дерева Бодхи, которые посадили на территории медитационного центра. Одно в северо-западном углу, оно было уже достаточно большим. Другие два посадили позднее. Саяджи дал *дану*, чтобы окружающие стены и места Будды под этими деревьями можно было бы отремонтировать.

В понедельник, 22 июня 1965 года, Саяджи пошел выразить почтение монахам, которые сопровождали Вебу Саядо, когда он приезжал в Международный медитационный центр в Янгоне. В три утра Саядо в сопровождении нескольких монахов отправился к месту, где собирались построить пагоду. Он продекламировал Паритты и отметил место столбом. В полдень жители деревни почистили участок для фундамента пагоды под руководством У Сумана (монаха, который был племянником Вебу Саядо).

24 июня с четверти девятого вплоть до девяти или чуть позже мы смогли провести некоторое время наедине с Вебу Саядо. Саяджи сказал Вебу Саядо, что мы собираемся слагать монашеские робы и поедем назад в Янгон на следующий день, поскольку у него были определенные обязательства по отношению к его ученикам, особенно к иностранным. Если выдастся возможность, продолжил Саяджи, он планировал поехать за границу и там преподавать медитацию. Он попросил Саядо дать ему совет касательно распространения Учения за границей. Саядо отнесся к этому положительно и объяснил аспекты, требующие особенного внимания.

Затем я рассказал Саядо, как я начал практиковать Анапану, когда получил ординацию, и как я продолжал медитировать, сначала под руководством Шве-зеди Саядо, а затем у Саяджи У Ба Кина. «Однако, Достопочтимый господин, — продолжал я, — есть одна вещь, которая непонятна мне. Я усердно практикую уже несколько лет, но, если я сравниваю свой ум с умом других, я не очень продвинулся. Интересно, есть ли у меня *парами*?»

Саядо слушал внимательно то, что я говорил, и затем ответил: «У тебя есть *парами*, и они немалые. У тебя огромные *парами*. Посмотри на этих людей, — он указал на троих или четверых людей из деревни, которые подметали. — Их заслуги невелики, но у тебя много

заслуг. Ты живешь сейчас в кирпичном доме с прекрасным садом вокруг него. Я не имею в виду дом, в котором ты жил раньше. Я имею в виду дом и сад, где ты живешь сейчас. У тебя деревья и цветы. У тебя много вещей. У этих людей всего этого нет. Если ты будешь слушать Учения Великого Будды и практиковать их, ты достигнешь всего, чего ты намерен достичь».

У меня не было много времени, чтобы обдумать его слова, поскольку мы должны были завершить приготовления для подношений, которые Саяджи собирался представить монахам, новичкам и шила-шинам (женщинам, которые вели монашеский образ жизни, хотя традиция женского монашества считается утерянной, — прим. переводчика) в монастыре. Сначала мы принесли еду Вебу Саядо и предложили ему. После этого еду предложили всем остальным, кто пребывал в монастыре.

Только когда я прилег после полуденной трапезы, я подумал, как Саядо мог узнать, что у меня есть дом и сад. Он был у меня в доме, который относился к университету Мандалай. Я говорил ему, что собираюсь переехать в Маймьо, но не более того. Что Саядо хотел мне сказать, сравнивая мою ситуацию с ситуацией людей из деревни, говоря, что у меня хорошие *парамы*?

Отдохнув, я сел помедитировать на свою кровать. Через какое-то время я открыл глаза. Я посмотрел через комнату в другую комнату, где Саяджи сидел со скрещенными ногами и декламировал Паттхану. За его головой я мог видеть жилище Вебу Саядо. Я понял, что он хотел мне сказать: смотреть не только на высшие *парамы*, как у него или Саяджи, но также сравнивать себя с людьми с меньшими *парамы*, чтобы увидеть, как далеко я уже продвинулся. Вот почему он указал на людей, что подметали прилегающую территорию.

Вечером мы отправились снова, в последний раз, с другими монахами выразить почтение Вебу Саядо. Саяджи тогда пошел полить дерево Бодхи. После этого он декламировал Удану до девяти часов.

После того как мы потрапезничали на рассвете 28 июня, мы в присутствии Вебу Саядо вернулись в более низкое состояние мирян. Мы привели в порядок наши вещи и убрали наши комнаты с участием У Хла Туна. Затем мы попрощались с У Суманой и другими монахами, которые были там, и покинули лесной ретрит Инджинбина.

Мы остановились в Кин У, чтобы забрать наши фото, которые сделал фотограф в фотостудии несколько дней назад. Оттуда мы продолжили свой путь дальше в Швебо, где остановились у У Хпе Тина выпить кофе и перекусить. Затем мы поехали в монастырь Вебу Саядо, что был за городом, чтобы оказать почтение и осмотреть окрестности. Мы продолжили наше путешествие и прибыли в одиннадцать к Пагоде в Каунг-хмудо.

Мы обошли пагоду дважды и сделали подношения цветов, масляных ламп и ладана. По пути назад в Сагаинге мы передохнули в доме сестры моей жены. Далее мы продолжали путь не прямо в Маймьо, а поехали в Кьяуксай. Мы пошли в монастырь Вебу Саядо, который находился за городом. Когда Саяджи оказал почтение жилищу Вебу Саядо у подножья холма, начался небольшой дождь. Слегка моросило, и мы спустились назад в равнину и пошли к тому месту, где Саяджи впервые выражал почтение Саядо двадцать четыре года тому назад. Затем, когда Саяджи выразил почтение пагоде, дереву Бодхи и жилищу, дождь уже усилился.

После этого мы пошли выразить почтение монаху по имени Шин Сау Лу. Каждый раз, когда мы приезжали в Монастырь Кьяуксая, я ходил повидаться с Достопочтимым Шин Сау Лу. Он был монахом исключительной безмятежности и непоколебимости в практике медитации. Он был единственным монахом, кто остался в Сима, послушав наставления Саядо, и спокойно медитировал всю ночь. Когда Достопочтимый Вебу Саядо приехал в Яунг Чи Чети Дхаммы в Международном медитационном центре в Янгоне, Саяджи особенно почтил вниманием Достопочтимого Шин Сау Лу и выразил уважение его усилиям. Когда мы вышли, после того как выразили почтение Саядо Шин Сау Лу, дождь закончился, и солнце снова вышло. Облака разошлись, и погода стала чудесной и приятной. Когда мы добрались до Мандалая, солнце ярко сияло.

Было облачно с девяти утра 17 июня (когда мы выехали из Маймьо в Инджинбин) все десять дней, пока мы были монахами (пока мы не покинули Кьяуксай). Солнце показывалось лишь на очень короткое время. Я хорошо помню, как солнце пробилось после сильнейшего ливня в конце нашего путешествия в Кьяуксай.

Мы выехали из Мандалая в 5:30 вечера и приехали в Маймьо в 7:46 вечера. Саяджи согласился остановиться у нас дома на день, чтобы вдохновить мою семью. В течение этого дня Саяджи провел большую часть времени в нашей комнате поклонения Будде, медитируя и декламируя Паттхану.

30 июня после обеда я захватил Саяджи в Мандалай, и мы прибыли на железнодорожную станцию до двух часов дня. С помощью Ко Она, бухгалтера, который хорошо знал Саяджи, мы зарезервировали место и купили билет прямо на станции. Поезд Саяджи отправился вовремя, но поезд прибыл в Янгон на час позже на следующее утро, поскольку остановился в Пьинмане на час из-за какой-то технической проблемы.

У Саяджи была привычка вести дневник. В нем он дает детальное описание того времени, когда ему случилось единственный раз в своей жизни стать Дуллабха Бхикку. Я могу привести столько подробностей этого периода в Инджинбине лишь потому, что имею доступ к его заметкам.

Вот заметка в его дневнике от 6 июля под названием «Путешествие в Иджинбин, в лесной монастырь в пригороде Кин У, в районе Швебо, чтобы выразить почтение Вебу Саядо». Он приводил текст этой заметки своим ученикам:

«Когда я приезжал к Саядо, я выражал ему почтение не только материальными подарками, но также и тем, что вступил в ряды Сангхи, соблюдая благородные правила Винаи для монахов и практикуя медитацию этой высшей Дхаммы. Давая *дану*, я практиковал совершенство *даны*, которое я не практиковал никогда раньше в своей жизни. Поскольку Ассоциация и все ученики принимали в этом даянии участие, я подошел к Саядо после того, как вернулся к мирской жизни, и поделился заслугами в его присутствии и получил благословение его *метты*.

Кусала-действия:

Дана-кусала [заслуги благодаря щедрости]

На Пагоду Инджинбина – К 300

На стены дерева Бодхи – К 200

На Пагоду Каунг-хмудау – К 20
3 набора Типитаки на бирманском – К 684
2 набора по три робы – К 190
3 набора по две робы – К 240
5 зонтов – К 40
6 пар сандалий – К 96
2 кожаных сиденья – К 10
2 чаши с ситами и т.п. – К 37
1 бритва – К 13
Свечи и ароматические палочки – К 20
1 большой ящик с кексами – К 32
Предложение еды – 2 дня
 (1) 18 июня 1965 – К 300
 (2) 27 июня 1965 – К 500
Всего: К 2442.

Примечание: в стоимость еды также включены 220 К от Ассоциации Випассана. Кроме перечисленных пунктов в списке, манго, мангустин, пряности были приподнесены моими индийскими учениками.

Сиила-кусала [заслуги моральности]

Входя в безукоризненное состояние, становясь бхикку, я соблюдал 227 правил поведения с уважением и старанием. Я делал особое усилие, чтобы не нарушить ни одно правило поведения. В этой жизни в это время у меня была возможность практиковать этот высший вид *сиилы* только эти десять дней монашества.

Бхавана-кусала [заслуги развития ума]

Когда я бывал свободен от моих рабочих обязанностей по отношению к Будде, Дхамме и Сангхе, я направлял свой ум на Дхамму и таким образом выражал свое уважение, практикуя медитацию, практикуя Паттипатти [воплощая учение в практику].

Дневное расписание:

После утренней трапезы я сделал подношение воды для дерева Бодхи и затем продекламировал Удану [Пробуждение Будды, три стадии] в его тени. По пути к своему жилищу я декламировал Уддесу и Ниддесу из Патханы.

Днем я выразил почтение, декламируя Паттхану Паньхавара.

В четыре часа вечера я выразил свое поклонение, декламируя Махасамая-сутту и другие шесть сутт, которым обучали по Великим Случаям.

Чуть раньше девяти вечера я декламировал Удана Гатхи, Анекаджати самсарам и другие Гатхи под деревом Бодхи, а затем я медитировал там до девяти.

Дана-кусала, Сиила-кусала, Бхавана-кусала, которые я практиковал, а также заслуги, которые у меня возникли в результате поклонения Будде, Дхамме и Сангхе, я делю со всеми Брахмами, Дэвами и человеческими существами, которые мне помогли в совершенствовании *парами*, а особенно с теми членами Ассоциации Випассана, кто взял на себя ответственность в распространении Паттипатти-саны.

Пусть все будут счастливы и телом и умом. Пусть все смогут обрести мудрость Пути (*магга*) и Состояний Плода (*пхала*). Пусть они достигнут просветления (*бодхи*), к которому они стремятся.

Саяджи У Ба Кин, Президент
Ассоциации Випассаны
31А Инья Мьяинг Роад
6 июля 1965 г.

Заметки Саяджи У Чит Тина

А. В это время Саяджи был Председателем подкомитета по Патипатти в Совете Будда Сасаны в Янгоне (Мьянма). Перед ним поставили задачу решения вопросов, касающихся центров медитации в стране. Отчеты, которые пришли в Совет из этих центров, говорили о том, что было большое количество людей, познавших состояния Пути и Плода, от девочек-тинейджеров до людей преклонного возраста. Исполнительный комитет состоял из двадцати семи членов, которые были известными религиозными людьми со всех уголков страны. Большинство из них изучали палийские тексты или были учеными по палийской лингвистике. Их всех беспокоило, что с центрами могло что-то быть неправильно. Но они не смели критиковать их, поскольку это могло быть очень вредным – сказать что-либо, что было бы против Дхаммы. Чтобы разрешить эту проблему, Исполнительный комитет направил эти бумаги в подкомитет по делам Патипатти, который возглавлял Саяджи. Это было в 1953 году. Саяджи должен был найти решение, которое устроило бы всех. Он написал «Базовый обзор Учения Будды и его Правильного Применения» на бирманском и представил его подкомитету, а затем Исполнительному комитету. Резолюция прошла, и ее разослали во все медитационные центры страны в ожидании ответа. Ни один центр не ответил, включая и те, что прислали свои списки достигших состояния Пути и Плода. Саяджи послал отдельно свою напечатанную брошюру Вебу Саядо, посредством заместителя контролера счетов Бирманской железной дороги, У Бо Лая, чья мать была одной из мирских последователей Саядо. У Маунг Маунг (бывший полковник), который медитировал с Саямаджи в 1984 году и сейчас большую часть времени находится в Международном медитационном центре в Янгоне, – это младший брат У Бо Лея.

В. Саяджи не был удивлен, так же, как и его ближайшие ученики, что Саядо принял приглашение Саяджи. Однажды вечером после дневной работы по обучению, когда закончились групповые медитации, Саяджи вдохновился одной идеей. Поэтому он попросил Саямаджи и Саяджи У Чит Тина войти в ячейки Пагоды. Саяджи проинструктировал Саямаджи, как подготовиться, и затем умственно пригласил Саядо.

Саяджи и Саямаджи вышли из пагоды, и Саяджи дал указание У Бун Шайну, казначею центра Ассоциации Випассана, вылететь в Мандалай на следующий день. Оттуда он должен был ехать машиной в Кьяуксай Вебу Чаунг, чтобы передать Вебу Саядо формальное приглашение. Этот инцидент запомнили ученики Саяджи, среди которых был и Сао Шве Тхайк, первый президент Мьянмы. Сао Шве Тхайка попросили позднее возглавить Янгонский комитет, который пригласил Вебу Саядо регулярно посещать Нижнюю Мьянму раз в год, начиная со следующего года. Он рассказывал, как он спросил Саядо, когда у него была возможность поговорить с Саядо приватно: «Может ли кто-

нибудь умственно пригласить другого человека?». Сао Шве Тхайк слышал, что Саяджи умственно пригласил Саядо, и что Саядо дал свое согласие; затем У Бун Шайн был послан сделать формальное приглашение. «Ученик из мирян, — сразу же ответил Вебу Саядо, — если чистота имеет место, это может произойти на определенной стадии».

Когда Вебу Саядо приехал в Центр, Саяджи пригласил Сао Шве Тхайка прийти, чтобы оказать почтение Саядо. Сао Шве Тхайк пришел около семи часов, по пути на званый ужин. Он спросил Саядо, преподает ли Саяджи в точности то же, что и Саядо. Он также спросил, следует ли ему медитировать под руководством Саяджи, и Саядо сказал ему, что следует. Сао Шве Тхайк тотчас попросил Саяджи обучить его, и они оба покинули Саядо и пошли в пагоду. Саяджи дал указание Сао Шве Тхайку сесть в южную ячейку, ту, в которой годом позже установили статую Будды. Затем Саяджи обучал его медитации Анапана. Сао Шве Тхайк сказал, что у него был лишь час до званого ужина, но он остался сидеть два часа. Саяджи открыл дверь между ячейкой и центральной алтарной комнатой через два часа, и Сао Шве Тхайк открыл глаза. Он был удивлен, что сидел так долго. Теперь он уже опоздал на ужин, но сказал: «Ничего страшного, я уже не пойду». После этого южную ячейку дали пожилому мужчине.

С. Как обычно, Саяджи подробно рассказал о своем опыте, когда вернулся в Международный медитационный центр в Янгоне. Саямаджи присутствовала при этом, но больше никого не было, когда он рассказывал Саяджи У Чит Тину о необычном случае в монастыре Вебу Саядо. Поздним вечером, 17 июня 1965 года, в день их приезда, пока У Хла Тун брил голову Саяджи, Саядо неожиданно пришел, присел на корточки перед Саяджи и начал собирать волосы, которые были обриты с головы Саяджи. Он собрал некоторое количество и удалился. Саяджи был удивлен этому и попросил У Хла Туна сохранить часть волос в пустой медицинской бутылке, которую Саяджи забрал потом с собой в Янгон. Он всегда хранил эту бутылку за статуей Будды в Пагоде Международного медитационного центра. Когда Саямаджи и Саяджи У Чит Тин выехали из Мьянмы, они привезли с собой половину этих волос, чтобы этим волосам можно было выражать уважение и почтение. Волосы теперь бережно хранятся в Яунг Чи Четис Дхаммы, которые построили по всему миру для блага многих.

Д. Когда здание было только построено, нужно было почистить стройплощадку вокруг него, а также проложить дорожку к главному входу. И хотя уже было поздно, Достопочтимый Вебу Саядо собрал некоторых учеников-мирян, чтобы помочь почистить площадку и проложить дорожку. Главный вход в дом был в центре площадки, и дорожка вела прямо к монастырю Вебу Саядо. Дорожка называлась Мин-лан-ма, или «Царское шоссе».

У Хла Тун был там, помогая рабочему, который прокладывал дорожку, но он думал, что боковые тропы, которыми пользовались рабочие и коммерсанты во время постройки, еще послужат один вечер. Саяджи подслушал его мысли вслух и решил дать ему наставление, задав пару вопросов.

«Как Брахмы и Дэвы будут подходить к монастырю? — спросил он. — Они пойдут по боковым дорожкам или по Царскому шоссе?»

«Они придут по Царскому шоссе, уважаемый господин», — ответил У Хла Тун.

«Да, — сказал Саяджи. — Так же, как царь пришел бы по Мин-лан-ма, так же должны поступать и бхикху, и саманеры». То, что необходимо сделать, следует делать немедленно. Времени откладывать нет. Все делайте должным образом, работайте скоординированно, в гармонии с другими рабочими.

Е. Саяджи собрал избранные тексты из Типитаки (Палийского канона) и опубликовал их в буклете на День Будды (День полной луны Касона), 1313 года Бирманской Эры (20 Мая 1951 года). Это были следующие тексты: Удана, Патиччасамуппада, Уддеса, Ниддеса, Аттахаджая-мангала-гатха (Дхаммапада, ст. 153-154, «Стихи, празднующие восьмеричную победу»). Этот буклет был напечатан как Дхамма-дана (Дхамма-лет-саунг, «подарок Учения»). Будда-Сасана Акьосаунг Атхин из офиса Генерального Бухгалтера раздавали его бесплатно.

Согласно Достопочтимому Леди Саядо, если выучить эти тексты наизусть и декламировать ежедневно всю жизнь, то тело станет подобно Дхамма-чети и люди и Дэвы будут обретать заслуги посредством поклонения и почитания декламирующего эти стихи. Саяджи торжественно заявил, что, декламируя эти стихи с сердцем, полным веры, и сосредоточенным умом, визуализируя Будду, достигающего буддовости, возможно пробудить Бодхидхату. Высказывание Леди Саядо было добавлено в буклет после Удана Ниддесы.

Ф. Став монахом в пятницу 18 июня 1965 года, Саяджи осознал, что Саядо хотел построить пагоду в месте своего рождения, примерно в километре на север от медитационного центра. В ту же ночь Саяджи сказал, что он проснулся в полночь и тихонько вышел из монастыря через восточные ворота, не разбудив никого. Так что ни У Ко Лай (У Теджинда), ни У Хла Тун не были в курсе того, что он отправился на место, где должны построить пагоду Саядо, и он сидел в точности в том месте и медитировал. Затем он продекламировал Паритты и Паттханы и возвратился к себе в комнату.

Г. Когда я [Саяджи У Чит Тин] сблизился с Саяджи, начав работать в его офисе, я узнал от офицера, ответственного за выдачу зарплат для всех руководителей и сотрудников, что Саяджи не приходил за своей зарплатой, поскольку он соблюдал десять предписаний в дни полной луны каждого месяца, а также и в дни новолуния. Поэтому этот офицер брал пакет с зарплатой Саяджи и передавал его семье Саяджи, а сам Саяджи не брал в руки денег. Эти деньги передавали прямо в семью, потому что у Саяджи было восемь детей, о которых он должен был заботиться. У него было бы девять детей, но первая дочка умерла, когда была совсем маленькой.

Саяджи занимал три-четыре различных должности (три должности три года и четыре в течение года), что было равносильно руководителю департамента. Зарплата за каждую должность должна была быть 1600 кият, но Саяджи разрешали получать зарплату лишь за одну должность (Директор Коммерческого аудита).

Все остальные должности были неоплачиваемыми. Этот пункт был добавлен к приказу его назначения, за все остальное он был уполномочен получать 300 кият, соответственно базовым правилам страны. Этот пункт в приказе о его назначении не давал ему права на дополнительное вознаграждение. Если бы ему платили 1900 кият в месяц, он бы получал больше, чем его непосредственный начальник, Генеральный Аудитор, которому платили лишь 1800 кият, согласно акту парламента о его назначении. Позднее, когда Саяджи был

прикреплен к офису Генерального Аудитора в качестве ответственного сотрудника для специальных поручений, он подготовил очень хорошее обоснование, чтобы увеличить зарплату Генерального Аудитора до 2500 кият в месяц. Это было утверждено, и поправка была внесена. После этого Саяджи смог получать 300 кият дополнительно лишь за один из дополнительных постов. Он пользовался этими дополнительными деньгами для личных расходов. Из своих сбережений из этих дополнительных денег он давал *дану*, как часть из своих *кусала-действий*.

Дискурс I

Что важно на самом деле

Достопочтимый Вебу Саядо: Вы приняли на себя бязательство следовать моральному поведению (*сиила*). Теперь, когда вы взялись за самосовершенствование в Совершенстве Моральности (*сиила парами*), выполняйте эти правила как можно лучше. Только если вы будете выполнять *сиилу* самым лучшим образом, все ваши стремления будут осуществлены. Вы будете счастливы и сейчас и в будущем.

Только учения Будды могут вам дать настоящее счастье – и в настоящем, и в последующей *самсаре* (1).

(1) Самсара – цикл рождения и смерти, не имеющий различимого начала, но завершающийся достижением Ниббаны.

Учения Будды сохраняются в Трех Коллекциях (Типитаке). Типитака очень обширна. Если мы возьмем суть Типитаки, мы обнаружим тридцать семь Факторов Пробуждения (Бодхипакхьядхамма). Суть тридцати семи Факторов Пробуждения – это восемь составляющих Благородного Восьмеричного Пути (*маггангас*). Суть Благородного Восьмеричного Пути – троичная практика (*сикха*): высшая моральность, высшая внимательность и высшая мудрость (*адхисиила, адхичитта и адхипанья*). Суть троичной практики – уникальный Универсальный Закон (*Эко Дхаммо*).

Если твое тело и ум под контролем, как сейчас, не может быть никакой грубости ни в физическом, ни в словесном действии. Это – *адхисиила*, или Совершенная Моральность.

Если *адхисиила* становится сильной, ум становится мирным и спокойным и теряет свою жесткость. Это называется *адхичитта*.

Если *адхичитта* (*самади*) становится сильной, и ум становится однонаправленным на длительное время, вы осознаете, что в долю секунды материя возникает и распадается миллиарды и миллиарды раз. Если ум (*нама*) знает материю (*рупа*), он знает, что материя проходит возникновение и распад миллиарды и миллиарды раз в течение моргания глаза. Это знание о возникновении и распаде называется *адхипанья*.

Когда мы вдыхаем или выдыхаем, входящий и выходящий воздух касается где-то в районе ноздрей. Чувствующая материя (*кайапасада*) регистрирует прикосновение воздуха. В этом процессе сущности, которые касаются, – это материя, а сущность,

знающая о соприкосновении, – это ум. Так что не бегайте вокруг, спрашивая других об уме и материи; наблюдайте ваше дыхание, и вы сами узнаете о них.

Когда воздух входит, он касается. Когда он выходит, он касается. Когда вы знаете это прикосновение непрерывно, желание (*лобха*), отвращение (*доса*) и заблуждение (*моха*) не могут возникнуть, и огонь жадности, гнева и иллюзии будет затухать.

Вы не можете знать о прикосновении воздуха прежде, чем оно действительно возникнет. После того как оно ушло, вы его больше не можете знать. Только когда воздух движется внутрь или наружу, вы можете почувствовать ощущение прикосновения. Это мы называем настоящим моментом.

Когда мы чувствуем прикосновение воздуха, мы знаем, что есть только ум и материя. Мы сами знаем, что нет никакого «я», никаких личностей, мужчин и женщин, и мы сами осознаем, что то, что Будда говорил, на самом деле правда. Нам не нужно спрашивать других. Когда мы знаем вдох и выдох, нет никакого «я» или *атты* (1).

(1)*Атта* на пали означает “я”, “душа”, “личность” или какая-либо еще личная сущность. В Буддизме полагается, что подобная сущность не существует, а ошибочная вера в то, что она существует, считается ошибочной, и она связана с принятием желаемого за действительное и ложным видением реальности. См Самьютта-Никая, III 78, 196.

Когда мы знаем это, наше видение чисто; это правильное видение. Мы знаем в этот момент, что нет ничего, кроме *намы* и *рупы*, ума и материи. Мы также знаем, что ум и материя – это две различные сущности. Если мы таким образом можем различать *наму* и *рупу*, мы достигаем способности различать ум и материю (*нама-рупа-паричхеда-ньяна*).

Если мы знаем прикосновение воздуха, как и когда оно возникает, наш ум – чист, и мы получаем от этого благо. Не думайте, что благо, которое вы получаете таким образом, пусть даже на долю секунды, мало. Не думайте, что те, кто медитируют, не получают никаких преимуществ от своей практики. Сейчас, когда вы рождены на счастливом плане существования и встречаете учения Будды, вы можете обрести невероятное благо. Не беспокойтесь о еде и питье, но прилагайте все усилия, какие вы можете.

Саядо (1): Благоприятно ли время наших дней?

(1)«Саядо» — титул, даваемый заслуженным, старшим монахам. «Сая» означает «Учитель», а «-до» — частица, используемая, чтобы выразить уважение Будде, монахам и царственным особам. Изначально титул «Саядо» применяли цари по отношению к своим духовным (религиозным) учителям. Сегодня он используется более широко. «Вебу Саядо» означает «Великий Учитель из Вебу» (название равнины, где он жил). Его имя было Достопочтимый Кумара.

Ученик: Да, господин, это так.

С: Да, действительно! Разве эти хорошие люди, что решили достичь Ниббаны, что с открытым умом получают и практикуют учения Будды, не могут ее достичь так же, как и люди прошлого, которые получали инструкции от самого Будды?

У: Да, господин, они могут.

С: Ну а сколько длится Сасана Будды (учение Будды; в буддистских странах верят, что религия Будды Готамы продлится пять тысяч лет, а затем будет утеряна. – прим. переводчика)?

У: Пять тысяч лет, господин.

С: А теперь скажите мне, сколько из этих пяти тысяч лет прошло?

У: Господин, примерно половина.

С: То есть сколько осталось?

У: Около двух тысяч пятисот лет, господин.

С: А сколько может прожить человеческое существо (1)?

(1) Полагают, что продолжительность жизни человека меняется в зависимости от моральности, соблюдаемой на человеческом плане. Она может быть в пределах от неисчислимого (*асанкхья*) до 10 лет. См. Дикха-Никая, III, 81ff

У: Около ста лет, господин.

С: А вам сколько лет?

У: Мне тридцать семь, господин.

С: Тогда сколько вам осталось жить?

У: Шестьдесят три года, господин.

С: А вы уверены, что проживете столько?

У: Этого я не знаю, господин.

С: Вы не знаете, сколько вы будете жить?

У: Нет, господин, это невозможно знать точно.

С: Но даже когда мы рождаемся, мы можем быть уверены, что придется страдать от старости, болезни и смерти.

У: Да, господин.

С: А можем мы попросить старость, болезни и смерть на некоторое время прекратить свое дело, уйти на некоторое время?

У: Нет, господин.

С: Нет, они не отдыхают. Мы можем попросить их остановить свою работу?

У: Нет, господин, мы не можем.

С: Тогда мы можем быть уверены, что мы должны умереть?

У: Да, господин, это наверняка, что мы все должны умереть.

С: Это наверняка, что мы умрем. А как насчет жизни?

У: Мы не можем быть уверены, как долго нам осталось жить, господин.

С: Если кому-то отмерено тридцать лет, он умирает в тридцать. Если вам отмерено сорок или пятьдесят лет, вы умрете в сорок или пятьдесят. А если кто-то умер, мы можем его вернуть?

У: Нет, господин, не можем.

С: Сколько бы лет вашей жизни ни прошло, они уже прошли. А что вы еще не добились?

У: Счастье Состояний Пути и Плода, Ниббаны.

С: Да, поскольку вы пока не достигли Состояний Пути и Плода, вы потерпели поражение. Вы хорошо использовали время, что прошло, или вы впустую тратили время?

У: Я впустую тратил время, господин.

С: Тогда не тратьте время, которое вам осталось. Это время еще есть, чтобы вы энергично и упорно старались. Вы можете быть уверены, что умрете, но вы не можете быть уверены, сколько вам еще осталось жить. Некоторые живут очень долго. Достопочтимый Маха-Кассапа и Достопочтимый Маха-Каччаяна жили более ста лет. Некоторые живут восемьдесят лет. Чтобы иметь возможность прожить столько, мы должны быть полны уважения и должны быть скромны. Вы выражаете уважение вашим родителям, матери и отцу?

У: Да, господин

С: Вы выражаете почтение людям, которые старше вас или более высокого положения?

У: Мы выражаем уважение людям, которые старше нас или занимают более высокое положение, чем мы. Даже если кто-то всего на один день старше, или даже на полдня старше, мы выражаем почтение.

С: Когда вы выражаете им почтение?

У: Ночью, прежде чем ложиться спать, мы выражаем почтение Будде, и в это же время мы выражаем почтение нашим старшим.

С: А как насчет остального времени?

У: В другое время мы не выражаем почтения, господин.

С: Итак, вы выражаете почтение вашим старшим после того, как выразили почтение Будде. Ну а тем, кто живет с вами, кто такого же возраста? Если бы я разложил по дороге пакеты с деньгами по 1000 долларов каждый, вдоль дороги, чтобы каждый мог их взять, вы бы взяли один?

У: Разумеется, господин.

С: А если бы вы нашли второй, вы бы взяли и его?

У: Разумеется, господин.

С: А если бы вы нашли третий пакет с банкнотами, вы бы взяли его тоже?

У: Разумеется, господин, мы бы взяли и его.

С: Получив первый, разве вы бы не захотели, чтобы кто-нибудь еще нашел следующий?

У: Мы бы не думали таким образом.

С: А если случится, что вы с другом, вы позволите ему найти пачку банкнот, думая: «Я сделаю вид, что не вижу их. В конце концов я уже нашел одну пачку»? Вы бы позволили ему ее найти или вы бы побежали скорей ее взять?

У: Я бы схватил все, что смог, и я бы побежал за ней.

С: Да, да, ребята, вы не слишком приятны. Когда речь о деньгах, вы не можете их кому-то отдать. Но в то же время вы говорите, что вы уважительны и скромны, поскольку выражаете почтение Будде по вечерам. Если вы лелеете мысли типа: «Почему он должен получить, а не я? Разве его понимание лучше моего?», в этом случае ваш ум полон гордости. Если вы оказываете уважение родителям, учителям, тем, кто старше, мудрее или выше по положению, и делаете это без гордости, то вы сможете жить более ста лет. Если вы выражаете уважение этим людям, разве вы получите только 1000 долларов? Разве вы получите только деньги?

У: Это будет больше, чем деньги.

С: Да, действительно! И хотя вы знаете, что на самом деле важно, вы не даете 1000 долларов другому, а скорее бежите и забираете их себе. Когда Будда из сострадания обучал Дхамме, все ли понимали ее?

У: Нет, господин, не каждый понимал ее.

С: Почему так?

У: Некоторые не слушали Будду, господин.

С: Только если вы примете учение Будды для себя, вы сможете достичь *самма-сам-бодхи* (Буддовости), *паччека-бодхи* (Паччека-Буддовости), *агга-савака-бодхи* (ступени Главного ученика), *маха-савака-бодхи* (Ведущего ученика), *пакати-савака-бодхи* (Арахатства). Если вы хотите достичь одной из этих форм пробуждения, вы сможете. Благодаря учению Будды вы можете достичь счастья сейчас, счастья, которое останется с вами в будущем. Как долго нужно для семени риса, чтобы прорости?

У: Только ночь.

С: Для семени нужен лишь день. Теперь, если вы будете держать это зерно, зерно хорошего качества, после того как оно проросло, но не будете высаживать его, будет ли оно расти?

У: Нет, господин, оно не вырастет.

С: Даже если ваше зерно будет хорошего качества, если вы его не посадите, оно не будет расти. То же самое и с учениями Будды; только если вы их примете, вы их сможете понять. Если вы научитесь жить с осознанием возникновения ума и материи, чего вы достигнете?

У: Это осознание называется *видья*, господин.

С: Если человек живет без учения Будды, как это называется?

У: Это называется *авидья*, господин, неведение.

С: Если вы живете всю вашу жизнь с *видьей*, пониманием Будда-Дхаммы, тогда куда вы направитесь после смерти?

У: В какое-нибудь хорошее существование, господин.

С: А что случится после жизни, полной неведения?

У: Человек попадет в низшие миры, господин.

С: Теперь, скажем, старик семидесяти лет почитает Будду. Но делая это, он все же не может удерживать свой ум на Дхамме и позволяет ему блуждать здесь и там. Если такой старик умирает в такой момент, где он будет рожден?

У: Он будет рожден в низших мирах, господин.

С: Действительно? Подумай тщательно прежде, чем ответить. Он выражает почтение Будде и медитирует. Итак куда он направится, если в такой момент умрет?

У: Он направится в низшие миры, господин.

С: А почему?

У: Потому что его ум блуждает без конца, господин.

С: Да, какие качества возникают в уме человека, живущего в невежестве?

У: Это страстное желание (*лобха*), отвращение (*доса*), заблуждение (*моха*).

С: А что такое *лобха*?

У: *Лобха* – это хотеть чего-то, господин.

С: *Лобха* включает любое влечение, привязанность к чему-то, страстное желание. Тот, кто умирает, когда у него в уме влечение к чему-то (если ему что-то нравится) или он хочет чего-то в своем уме, то говорят, что он переродится призраком. А что такое *доса*?

У: *Доса* – это враждебность, господин.

С: Да, *доса* это причина ваших сражений. *Доса* возникает, поскольку вы не получаете то, что хотите, а то, что получаете, вы не хотите. Антипатия – это *доса*. Если вы умираете с антипатией в вашем уме, вы рождаетесь в аду. *Моха* – это неведение относительно блага и преимуществ, вытекающих из благотворительности, соблюдения морали и практики медитации. Если вы умираете с умом, полным неведения, вы будете рождены как животное. Никто, ни бог, ни Дэв, ни Брахма не создавали ни тело, ни ум. Они подвластны закону природы, возникновению и распаду, как учил Будда. Если человек умирает, сосредоточиваясь на осознании ума и материи и зная о возникновении и распаде ума и материи, он будет рожден как человек, Дэв или Брахма. Если человек уже идет туда, куда хочет, нужно ли ему спрашивать у других дорогу?

У: Нет, господин.

С: Нужно ли ему спрашивать других: «Живу ли я со знанием или в неведении?»

У: Нет, господин.

С: Нет, действительно нет. Поэтому работайте старательно, чтобы заслуги (*парамы*), которые вы обретаєте во всей *самсаре*, принесли плод. Будьте непоколебимы в вашем усилии. Действуйте подобно мудрым людям прошлого, получившим учение непосредственно от Будды; они работали для достижения Ниббаны. Вы знаете, что и вы родились в благоприятном плане существования, и пусть ничто не сможет остановить вас от достижения восьми стадий Ниббаны.

Практикуйте, прилагая усилие и с непоколебимостью, и смотрите, чтобы даже короткие моменты не были потрачены зря. Советуйте и побуждайте и других практиковать так же. Стремитесь с радостью в вашем сердце, и когда у вас получается, будьте по-настоящему счастливы.

Дискурс II

Гашение огня изнутри

Вебу Саядо: Есть обязательства по отношению к *четиянгана* и *бодхиянгана*, по отношению к учителям, родителям, жене и детям. Если мы исполняем их, мы практикуем хорошее поведение (*карана*), а что это значит?

Когда мы выполняем наши обязанности, можем ли мы в то же время практиковать внимательность к дыханию? А если мы не выполняем их, можем ли мы сказать, что наша *сиила* полна? Если наша *сиила* не совершенна, можем ли мы ожидать, что мы испытаем

счастье, которого мы решили достичь? Если мы не счастливы, мы не сможем достичь хорошего сосредоточения, а если наш ум не сосредоточен, мы не можем достичь инсайта, мудрости (*панья*).

(В соответствии с правилами Буддийского ордена монахов, дважды в месяц Достопочтимый Вебу Саядо собирал монахов в холле для ординаций, чтобы продекламировать 227 правил для монахов (Патимокша) и принять участие в делах сообщества. В завершение собрания он давал дискурс для присутствовавших мирян).

Саядо: Сегодня день Упосатхи ⁽¹⁾. На рассвете вы все проснулись с мыслью: «Сегодня день Упосатхи», и вы приняли восемь предписаний. Вы все время оставались внимательными с того момента?

(1) *Упосатха*: есть четыре дня в месяц по лунному календарю — полнолуние, новолуние и дни первой и последней четверти луны. В дни *Упосатхи* буддисты традиционно соблюдают восемь предписаний и ходят в монастыри помедитировать и послушать религиозные дискурсы. В городских районах Бирмы эти дни заменяют воскресными днями, в сельских же районах все еще используют лунный календарь.

Ученик: Нет, господин.

С: Сколько времени вы провели с тех пор, осознавая вдох и выдох?

У: Временами мы осознавали, а временами нет, господин.

С: Как долго ваш ум остается с объектом, и сколько времени вы потеряли?

У: (молчание)

С: Поскольку вы молчите, я полагаю, что вы смогли удерживать ваше внимание все время.

У: Нет, господин, это не так.

С: В этом случае, я должен вам задать еще вопросы. Сколько раз ваш ум растворяется за время вспышки молнии?

У: Миллиарды и миллиарды раз, господин.

С: Итак, он возникает и распадается миллиарды и миллиарды раз. Каждый раз, когда ум возникает, он берет некоторый объект, приятный или неприятный, тот, что нравится или не нравится. Есть ли моменты, когда этот постоянный поток ментальных объектов останавливается или прерывается?

У: Нет, господин, ум всегда хватает объект.

С: Да, эти хорошие или плохие друзья обязаны своим приходом вашим искусным или неисккусным действиям, или вашей камме, которую вы породили в прошлом. Таким образом, если приятный объект, который мы зовем хорошим другом, входит в поток сознания, что происходит?

У: Возникает привязанность, господин.

С: Если возникает привязанность, это хорошо?

У: Это плохо (*акусала*), господин.

С: А если плохой друг — неприятный умственный объект — возникает, что происходит тогда?

У: Отвращение или *доса* возникает, господин.

С: Если мы позволяем возникнуть *досе* или отвращению, мы поступаем умело или неумело? Это действие *кусала* или *акусала*?

У: Это неумелое действие, господин.

С: Итак, если мы воспринимаем приятные умственные объекты, то привязанность, страстное желание, стремление и похоть возникают, и мы создаем неискунные активности, которые ведут в четыре низших плана существования. Но если возникают неприятные мысли или образы и овладевают нами, тогда беспокойство, горе, страдание, гнев и отвращение возникают, и эти ментальные состояния ведут в низшие планы также. В какие же моменты не возникают ни приятные, ни неприятные мысли или образы, или звуки, или визуальные объекты, или вкусы, или осязание?

У: Таких моментов нет, господин. Ум всегда хватается за объект.

С: И все эти объекты, возникающие в наших умах, — это результаты действий, совершенных нами в прошлом, в *сансаре*. Если объект приятный или неприятный, когда он возникает, что вы обычно делаете?

У: Мы неумело реагируем и создаем нашу *акусала-камму*, господин.

С: Если приятный объект возникает в уме, возникают привязанность, страстное желание, влечение. Это страстное желание, *лобха*. Какое оно? Разве оно не похоже на пламя? *Лобха* (страстное желание) — как огонь. А как насчет *досы*, неприязни, отвращения, ненависти?

У: *Доса* тоже как огонь, господин.

С: То есть, когда бы они ни возникали, нам приходится страдать, словно горя в огне, не так ли?

У: Да, господин.

С: Но разумеется, если *лобха* или *доса* должны возникнуть, пусть возникают. Если мы практикуем учение Будды, могут ли они на нас подействовать? Когда мы практикуем медитацию Анапана, *лобха* и *доса* не имеют возможности овладеть нашим умом.

Учения Будды напоминают великое озеро Аноттата ⁽¹⁾.

(1) Озеро Аноттата: озеро в Гималаях, вода которого всегда остается прохладной.

Если огонь *лобхи* или *досы* или какой-то иной огонь упадет в это озеро, он угасает, нам не приходится больше страдать от его обжигающего жара.

Только если мы осознаем каждое возникновение ума миллиарды раз в долю секунды, мы можем истинно сказать, что мы достигли *адхипаньи*, или настоящей мудрости и инсайта.

Ум и тело возникают миллиарды раз за мигание глаза, а также и ваши хорошие и плохие друзья. Если вы невнимательны, эти ваши хорошие и плохие дела будут накапливаться миллиарды раз. Ну, и кто же ответственен за ощущения, которые непрерывно возникают в вашем теле?

У: Мы сами ответственны за них, господин.

С: Долги, которые вы насобирали в бесконечнодолгий период *самсары*, с вами. Если вы не применяете учения Будды и практикуете их, вы будете накапливать те же долги снова и снова, миллиарды раз в каждую долю секунды. Вы можете подсчитать эти долги?

У: Нет, господин, они неисчислимы.

С: Поэтому вы должны применять и практиковать учение, которому обучал Будда. Если вы не примете то, что возникает и распадается само собой, тогда ваши накопленные долги будут убывать и вы не накопите новых. Если вы осознаете это возникновение и исчезновение сами, вы не создадите новых долгов и избавитесь от старых. Так вы достигнете *адхипаньи*.

Эту технику осознания входящего и выходящего дыхания можно практиковать везде. Вы можете практиковать ее, когда вы одни и когда вы в компании, когда вы сидите, ходите, стоите или лежите. Где бы вы ни были, вы можете это практиковать. А нужно ли вам тратить деньги, чтобы практиковать Анапану?

У: Нет, господин.

С: Нужно ли вам брать выходной на работе, чтобы практиковать?

У: Нет, господин.

С: В таком случае, какие с ней трудности? Разве эта практика вас делает усталым?

У: Нет, господин.

С: Если вы получаете огромную прибыль от вашего бизнеса, и люди вас спрашивают: «Сколько золота, сколько серебра вы получаете?», — вы им скажете?

У: Нет, господин.

С: А почему?

У: Другим об этом не следует говорить, господин.

С: А какая драгоценность дороже — золото и серебро или Дхамма?

У: Дхамма дороже, господин.

С: Тогда не говорите другим о ваших достижениях. Сколько сейчас времени?

У: Семь вечера, господин.

С: Сколько часов у вас осталось до восхода?

У: Около десяти, господин.

С: Вы думаете, вы сможете практиковать медитацию так долго без перерыва? Работайте усердно, чтобы избавиться от долгов. Усилия прошлого и благие дела, совершенные в прошлом, дают хорошие результаты.

Дискурс III

Удерживайте ваш ум на объекте

Вебу Саядо: Вы взялись за то, чтобы соблюдать *сиилу*. Раз вы начали практиковать *сиилу*, продолжайте это делать с максимальным старанием. Лишь если вы по-настоящему практикуете моральность, ваша решимость обрести сокровища вашего сердца принесет все плоды.

Если вы утвердились в моральном поведении, искусные действия, которые вы совершите, приведут к осуществлению ваших благородных ожиданий. Вы верите в благие последствия, что придут вследствие вашей благотворительности, и вы уважаете получателя вашего подарка. Так что укрепите ваш ум и обратите его на Дхамму, которой нет равных. Готовьте ваши жертвования и готовьте их хорошо, не нанимая других для этой цели.

Давая ваш подарок, вам следует проявлять решимость к просветлению, говоря: «Я желаю достичь Ниббаны» (*Идам ме панньяма ниббанасса паччайо хоту*). Благородные, которые достигли Ниббаны в соответствии с их проявленной решимостью, столь многочисленны, что их невозможно посчитать с помощью чисел.

Реальность, которую человек осознает и знает сам после проникновения в Четыре Благородные Истины, называется *бодхи*: *самма-сам-бодхи* (высшее самопробуждение обучающего Будды), *паччека-бодхи* (самопробуждение необучающего Будды) и *савака-бодхи* (пробуждение ученика обучающего Будды). *Савака-бодхи* разделяют на три уровня: *агга-савака-бодхи* (достигнутые двумя Главными учениками), *маха-савака-бодхи* (достигаемая восемьюдесятью ведущими учениками) и *пакати-савака-бодхи* (достигаемая всеми другими Арахатами). Все мы должны решительно устремиться к Ниббане, высшему блаженству. Почему вы можете осуществить ваше решительное стремление к Ниббане сейчас? Потому что сейчас правильное время, ваша форма существования правильна, и потому, что все добродетельные люди, которые совершают усилия, могут осуществить свои решительные намерения.

Правильное время – это время, когда приходит Будда, и время, в течение которого доступны его Учения. Обо всех, кто родился на человеческом плане существования или

небесном плане, говорят, что они получили правильное рождение (1). Теперь вы должны осуществить ваши решительные намерения благодаря вашим собственным усилиям.

(1) Дхамму, Учения Будды, можно практиковать лишь на некоторых планах существования. На планах ниже человеческого плана живые существа в адах страдают столь интенсивно, что не могут практиковать Учения (даже моральность), те, кто в мире животных, не обладают необходимой разумностью для понимания Учений, в то время как в некоторых высших Брахманических мирах невозможно получить контакт с низшими мирами и поэтому невозможно получить Учение. Будды всегда возникают на человеческом плане.

Позаботьтесь о том, чтобы завершить вашу работу также, как это сделали многие до вас. Те, кто достигнут своей цели, будут истинно счастливы не только лишь короткое время или одну жизнь, но во всех оставшихся жизнях (2).

(2) Арии, люди, которые пережили опыт Ниббаны, получают лишь ограниченное количество жизней, которые они должны прожить, чтобы достичь завершения страданий (см. Введение в пали-термины).

Теперь, когда у вас есть решимость достичь Ниббаны, не думайте, что вы не можете достичь такого счастья или что вы не можете осуществить столь высокое предназначение. Сбалансируйте энергию и усилие таким образом, чтобы они были достаточно сильны для достижения цели. Если вы так поступите, вы несомненно осуществите ваше намерение в правильное время.

Что вы узнаете, когда сделаете работу, которую необходимо сделать? Во времена Будды люди, Дэвы и Брахмы шли к нему, чтобы выразить свое почтение. Но ни один человек, Дэва или Брахма не были удовлетворены, просто пребывая в присутствии Будды и выражая ему свое почтение. Тогда Будда из сострадания захотел обучать их тому, что понял сам. Этот способ передачи знания мы называем проповедью. Когда Будда проповедовал, в долю секунды многие люди, Дэвы и Брахмы достигали того, к чему они стремились.

Зная, что сейчас подходящее время и подходящая форма существования, мы должны установить осознание, подобно тому, как это делали мудрые люди в прошлом до нас, и таким образом мы сможем испытать осуществление наших решительных намерений.

Каковы же Учения Будды? Монахи и мудрые люди передают вам Учения Будды из величайшего сострадания. Каждый раз, когда вас обучали, вы понимали что-то соответственно нашей способности понимать. Вы знаете, что Учения сохранены в Типитаке, Трех Корзинах. Вы знаете: «Это из Сутта-Типитаки, это из Виная-Типитаки. Это из Абхидхамма-Типитаки». Все вы знаете много об Учении.

Святые писания очень обширны. Хотя мудрые читают, учат и обучают этим писаниям без остановки, они слишком обширны, чтобы один человек мог изучить и понять их полностью. Невозможно для одного человека овладеть всеми писаниями, потому что они содержат все Учение Будды. Они полны, и нет ничего, чего бы не хватало. Они содержат то, во что проник Будда, и что он понял сам. Учение, содержащееся в трех Питаках, – единственный путь избежать страдания, и монахи, поняв это сами, из сострадания указывают это вам снова и снова. Но могут ли мудрые люди раскрыть вам все святыя писания, чтобы ни один из аспектов не ускользнул?

Ученик: Нет, господин, это невозможно.

Саядо: Сколько времени это бы заняло, раскрыть все Учения благородных? Сколько бы дней вам нужно было сидеть и говорить, чтобы охватить все Учения благородных, которые удалось сохранить?

Цель этих Учений — показать путь к завершению страданий. Вы знаете немало Учений Будды. Из всего этого многообразия аспектов Учений, вам нужно взять лишь один и изучать его со всей настойчивостью. Если вы сосредоточите ваш ум на одном-единственном объекте, как это делали мудрецы прошлого, будет ли он оставаться на этом объекте?

У: Да, господин.

С: Поэтому выберите одну инструкцию для медитации из многих различных, которые давал Будда, и работайте с ней, осознавая все время. Работайте с теми же усилиями и решительностью, как это делали ученики Будды в прошлом. Если вы сосредоточите ваш ум на одном объекте, он прекратит свою привычку убегать на объекты, которых он желает. Если вы так сможете удерживать ум на одном-единственном объекте, может ли при этом быть жадность, которая есть причина несчастья?

У: Когда ум стабилен, нет жадности, господин.

С: А есть ли отвращение?

У: Нет, господин.

С: А может ли быть заблуждение?

У: Нет, господин.

С: А если нет желания и отвращения, нет заблуждения, может ли возникнуть страх, беспокойство и волнение?

У: Нет, господин.

С: А если нет страха, беспокойства и волнения, вы будете счастливы или несчастны?

У: В этом случае будет счастье, господин.

С: Если вы выберете объект медитации, данный Буддой, и будете практиковать, прилагая усилия, разве фактор *вирья-иддхипада* ⁽¹⁾, не возникнет в вас?

(1) *Иддхипада*: корень или основа для достижения завершения или совершенства. *Вирья* (усилие): человек с *вирьей* охвачен мыслью, что цель может быть достигнута с помощью энергии и усилия. Он не падает духом, даже если ему скажут, что он должен пройти через большие трудности. Он не падает духом, даже если он действительно должен преодолеть большие трудности. Он не падает духом, даже если ему говорят, что он должен прилагать усилия много дней, месяцев и лет. Он не падает духом, даже если он действительно должен продолжать усилия длительное время (Леди Саядо, «Учебник буддизма», стр. 190).

У: Он непременно придет, господин.

С: Как только вы настроитесь и будете прилагать усилие, фактор *вирья-иддхипада* возникнет. Но мы хорошо умеем говорить об Учении. Давайте вместо этого приложим усилие прямо сейчас. Фактор *вирья-иддхипада* сразу возникнет. Это называется *акалико*,

немедленное возникновение результата здесь и сейчас. Он не возникает потому, что мы думаем или знаем о нем, а лишь потому, что мы практикуем. Таким образом, сосредоточьте ваше полное внимание на месте под носом, на верхней губе. Чувствуйте ваш вдох и ваш выдох, а также то, как они касаются места под носом на верхней губе. Я думаю, вы сосредоточили ваше внимание на вашей точке даже до того, как я закончил инструкции?

У: Я не думаю, что все смогли это сделать, господин.

С: Хорошо, все поняли то, что я сказал.

У: Некоторые еще не знают, как они должны практиковать, господин.

С: О мои дорогие.... вы все так много учились в прошлом. Монахи обучали вас из великого сострадания снова и снова, и у вас хватило разумности понять их инструкции. Когда я говорил вам сосредоточиться на указанном месте с сильной решимостью и не давать вашему уму блуждать, вы сказали, что он оставался с дыханием, не так ли?

У: Те, кто сосредоточил ум на этом месте, ответили: «Он действительно установился, господин», но есть и молодые люди в аудитории, которые никогда до этого не слышали Дхамму.

С: Говорил ли я что-то, что вы никогда не слышали до этого? Вы все замечательные ученики и проходили это уже много раз. Вы все способны сами проповедовать Дхамму.

У: Не все, господин. Некоторые еще не знают ничего.

С: А вы, остальные, принимаете то, что он только что сказал?

У: Господин, я не говорю об этих людях вон там, я говорю о людях, которых я не знаю.

С: В том, что я вам говорю, нет ничего, что я открыл сам. Я только повторяю вам то, что проповедовал Будда. Все, чему учил Будда, совершенно и полно без каких-либо исключений. То, что проповедую я, не полно. То, что проповедовал Будда, включает все. В Его учениях нет недостатка ни в чем, но то, что я могу передать, может быть не полно в каких-то аспектах. Могу ли я передать вам все Учения в их полноте?

У: Нет, господин, вы не можете рассказать нам все.

С: Хорошо, все вы понимаете, что такое Сутты, что такое Виная, что такое Абхидхамма. Поскольку ваши учителя обучали вас из великого сострадания, вы также понимаете короткие и более расширенные объяснения *саматхи* и Випассаны. Знаете вы все это или нет, все вы дышите, большие и маленькие, мужчины и женщины. Кто-то может знать все о Палийских писаниях, но ничего о своем дыхании. Разве не все из вас вдыхают и выдыхают?

У: Мы действительно дышим, господин.

С: Когда вы начинаете вдыхать и выдыхать?

У: Когда мы рождаемся, господин.

С: Вы дышите, когда сидите?

У: Да, господин.

С: Вы вдыхаете и выдыхаете, когда стоите?

У: Да, господин.

С: А когда вы ходите?

У: Мы дышим и тогда тоже, господин.

С: Вы дышите, когда едите, пьете, работаете, чтобы заработать на жизнь?

У: Да, господин.

С: А дышите ли вы когда спите?

У: Да, господин.

С: А бывают моменты, когда вы так заняты, что вынуждены сказать: «Извините, у меня сейчас нет времени дышать, я очень занят»?

У: Нет таких людей, кто мог бы жить без дыхания, господин.

С: То есть вы все можете себе позволить вдыхать и выдыхать. А если вы уделите свое полное внимание прикосновению дыхания, вы можете почувствовать, где дыхание касается? Вы можете почувствовать прикосновение воздуха, когда он выходит из ноздрей?

У: Я могу почувствовать, где он касается, господин.

С: А когда воздух входит, можете ли вы почувствовать, в какой точке этот слабенький поток воздуха прикасается?

У: Я могу, господин.

С: А теперь, попробуйте обнаружить сами, в каком месте воздух слегка прикасается, когда он входит и выходит. Где он прикасается?

У: Он прикасается в маленькой точке у входа в ноздри, когда он входит, господин.

С: А когда воздух выходит, он тоже касается там же?

У: Да, господин, он касается в том же месте и когда выходит.

С: Мудрые люди прошлого практиковали это осознание дыхания, как этому их обучал Будда, и поскольку они передали учение дальше, вы также смогли понять это сейчас. Если бы вы поднесли палец к этой маленькой точке под носом, вы бы почувствовали это место?

У: Да, господин, я могу почувствовать его.

С: Вы действительно можете это почувствовать, когда вы прикасаетесь. Вам все еще нужно это обсуждать?

У: Нет, господин, мы можем чувствовать, даже не обсуждая это.

С: Когда вы чувствуете это место, притрагиваясь пальцем, вы можете также чувствовать его, когда дыхание там прикасается, когда оно входит и когда оно покидает ноздри. Если вы сами можете это почувствовать, вам нужно обсуждать это?

У: Нет, господин, не нужно.

С: Если вы поставите ваш палец на это место, вы чувствуете прикосновение с перерывами или непрерывно?

У: Это непрерывное прикосновение, господин.

С: Прерывается ли поток воздуха, когда входит или когда выходит?

У: Нет, господин.

С: Когда потоки воздуха входят или выходят, мы знаем, что это непрерывный поток и непрерывное прикосновение происходит из-за этого. Не следуйте за воздухом дальше, чем нужно.

У: Что вы имеете в виду, господин?

С: Не давайте уходить ощущению, производимому прикосновением к коже. Оставайтесь с осознанием прикосновения. Не следуйте за потоком воздуха внутрь или наружу. А почему? Если вы последуете, вы не сможете чувствовать ощущение прикосновения. Так что оставайтесь с осознанием места непрерывно.

У: Следует ли нам осознавать ощущение прикосновения воздуха в обеих ноздрях или только в одной?

С: Чувствуйте только в одной. Если вы попытаетесь чувствовать в двух местах, ваше внимание будет разделено. Устанавливайте ваше неделимое внимание на одном месте. Ваш ум остается на одном месте?

У: Большую часть времени остается, господин.

С: Но не все время?

У: Большую часть времени он остается, но временами звук кашля прерывает непрерывность.

С: Это ваш кашель или чей-то еще?

У: Это кто-то другой кашляет, господин.

С: Это отвлекает вас потому, что вы прилагаете слишком мало усилий или слишком много? Вы обвиняете человека, который кашляет?

У: Ну, господин, если честно, я слегка злюсь.

С: Давайте взглянем на это. Вы пришли к Будде, чтобы избежать страдания. Получив это учение, вы начинаете практиковать. Затем кто-то кашляет, и вы расстроены. Но конечно, если вы медитируете, как вы это делаете сейчас, люди будут считать, что вы хороший человек, и будут ценить вас. Но скажите мне, если человек начинает злиться прямо перед смертью, где он переродится?

У: Он упадет в четыре низших плана.

С: Да, вам не следует позволять этому случиться. Вам не следует быть нетерпеливым или вспыльчивым. Вы практикуете, чтобы избежать страдания. Слыша этот кашель, вы должны быть очень довольны. Вы должны сказать «Спасибо». В конце концов, человек, который кашлянул, показывает вам, что ваше усилие не достаточно. Если вы хотите избежать страдания, вы должны поступать лучше, чем вы это делаете. С усилием такого рода у вас не получится.

Вам следует немедленно приложить больше усилий. Если мы будем работать с большей решительностью, будем ли мы слышать такой кашель?

У: Нет, господин, при хороших усилиях нет.

С: А если будет много громко разговаривающих людей, мы услышим их?

У: Если наше усилие не будет правильного типа, мы услышим, господин.

С: Должны ли мы разозлиться на них, если мы услышим их?

У: Чаще всего, я действительно злюсь, господин.

С: Вам не следует допускать этого. Вам не следует быть вспыльчивым. Вам следует думать о людях, которые вам мешают, как о друзьях. «Их трогает мое благо, я должен быть благодарен им. Я не хочу, чтобы кто-либо знал, что мое усилие слабое. Я буду медитировать и улучшать себя, а если же они начнут говорить громче, я должен приложить еще больше усилий». Если мы улучшим себя настолько, что будем как мудрые, которые практиковали до нас, мы достигнем цели, которую решили достичь. Если вы вообще не слышите никаких звуков, вас переполнит гордость, вы подумаете, что ваши усилия совершенны. Поэтому мы должны быть счастливы, если кто-то нас беспокоит. Если мы отправимся в другое место, там тоже могут быть отвращения. Если мы будем менять одно место на другое, мы просто будем терять время. Если же мы

установим нашу внимательность прочно, разве нам нужно будет менять место или жаловаться другим?

У: Нет, господин.

С: Разве не уместно сказать «спасибо» тем, кто побеспокоил нас? Они помогают нам узнать, как преодолеть наши представления и желания, и мы должны благодарить всех таких наших друзей. Если наши усилия станут такими, как у наших учителей, мы не будем слышать больше ничего. Мы будем осознавать лишь одну вещь: это маленькое место и ощущение прикосновения. Когда мы обретаем хорошее осознание этого, мы полностью прилагаем наше внимание к этому осознанию.

Если мы обретем счастье, к которому мы устремились, с помощью такой практики, разве содержание трех Питак, десять *парами*, тройственная практика, агрегаты, чувственные основы, относительные и окончательные истины не будут включены в это осознание?

У: Да, господин, в осознании этого прикосновения содержится все, чему учил Будда.

С: Вы говорите о трех Питаках, о Четырех Благородных Истинах, об уме и материи, а также о других технических терминах. Ну а на самом деле, знаете ли вы, как различать ум и материю? То маленькое место под носом – это ум или материя?

У: Это материя, господин.

С: А как насчет осознания этого места?

У: Это ум, господин.

С: А если вы четко осознаете это место у вас под носом, как когда вы его касаетесь пальцем?

У: Тогда мы осознаем ум и материю, господин.

С: А это хорошо или плохо одновременно осознавать ум и материю?

У: Это хорошо, господин.

С: Как это назвать – понимание или неведение?

У: Это понимание, господин.

С: А если у нас нет такого осознания?

У: Тогда мы живем в неведении, господин.

С: А что сильнее, знание или неведение?

У: Знание обладает большей силой, господин.

С: Да, именно понимание имеет силу. Весь цикл рождения и смерти полон неведения, но сейчас, когда вы получили Учение Будды, будьте осознанны. Умелые люди обретают осознание, поскольку они способны принять Учение Будды и направить свое внимание. Когда они осознают, знание приходит к ним. Когда вы осознаете таким образом, что случается с неведением?

У: Оно отсекается и исчезает, господин.

С: Где мы можем его найти, если мы будем искать его?

У: Оно уходит, господин.

С: Таким образом, неведение имело такую власть над вами в прошлом *самсары*, а когда вы получаете Учение Будды и достигаете понимания, вы даже не знаете, куда исчезает ваше неведение. То есть действительно, понимание обладает намного большей силой, чем неведение, но тем не менее вы жалуетесь, что неведение так крепко держит ваш ум.

У: Но, господин, мы были связаны с неведением так долго, что мы чувствуем сопротивление его уходу.

С: Тем не менее, если вы применяете Учения Будды, неведение исчезнет. Что из двух более приятно для вас?

У: Для нас, господин, неведение более приятно.

С: Вы бы хотели поддерживать состояние понимания?

У: Да, господин, но мы не можем отпустить неведение.

С: Неведение как-то силой протискивается в ваши умы?

У: Мы его зазываем в наши умы силой, господин.

С: Вы все получили образование и знаете многое об Учениях Будды, и вы можете разговаривать о них, и вы практикуете их. Вы медитируете и поддерживаете ваше осознание все время. Но скажите мне, какие подготовительные вещи вы совершаете, чтобы медитировать?

У: Мы берем подушку и мат, чтобы лечь, господин.

С: Если они у вас есть, эти вещи, будет ли, как правило, ваша медитация хорошей?

У: Мы также должны уединиться от других людей, господин.

С: Что случается, если вы это делаете без должного старания?

У: Мы засыпаем, господин.

С: Вы ученики Будды. Вы знаете, что неведение — ваш враг. И при этом вы знаете, что вы начинаете медитировать только после того, как приготовите для себя кровать. Спустя какое-то время, после того как вы начинаете медитировать, вам становится скучно и лень, и апатия овладевают вами. Что вы тогда делаете?

У: Мы терпим их.

С: А если лень и сонливость очень сильны, вы все-таки будете им сопротивляться?

У: Нет, господин, мы им скажем: «А вот и вы!»

С: Да, это похоже на вас! «А вот и вы пришли! Я уже давно приготовил кровать». Так вы подумаете, не так ли?

У: Да, господин.

С: Когда вы проснетесь снова, после того как заснете?

У: Мы проснемся, когда наступит день и время завтракать, господин.

С: Если вы будете говорить так, то результатом будет то, что опасности неведения никогда не будут преодолены. Вы не цените понимание и мудрость, но цените неведение. Если вы будете так работать, вы когда-нибудь обретете счастье, к которому стремитесь?

У: Нет, господин.

С: Тогда вы просто делаете вид, что работаете?

У: Если мы будем делать вид, мы никуда не придем, господин.

С: Итак, если вы не можете достичь цели, что же делать?

У: Я думаю, мы должны продолжать практиковать, пока не достигнем цели, господин.

С: Хорошо. Да, вы знаете разницу между пониманием и неведением. Зная, что делать, чтобы достичь понимания, сосредоточьте ваше внимание на точке и удерживайте его там. Если вы будете жить с этим осознанием, нужно ли вам бояться и беспокоиться о моменте смерти?

У: Нет, господин.

С: Скажите мне, что произойдет, если вы умрете без этого осознания?

У: Я буду рожден в одном из четырех низших миров.

С: А вы хотите, чтобы это случилось?

У: Нет, господин.

С: Вы действительно не хотите туда попасть, или вы меня просто обманываете?

У: Вы правы, господин, я стал рассказывать всякую ложь. Я иду по пути, что ведет прямо к низшим мирам. Я просто говорю пустые слова, когда говорю, что я не хочу попасть в ад, но я все еще нахожусь на широкой автостраде, ведущей вниз.

С: Очень хорошо. Вы поняли. Если вы знаете сами, есть ли у вас какое-то понимание или нет, то вы на правильном пути. Если вы знаете, когда вы не понимаете, вы поняли. Но если вы думаете, что вы поняли, хотя вы не поняли суть, то нет ни малейшей надежды, что вы обретете понимание.

Вы видите, он знает, что он ленив, когда он ленится, он знает, что бесполезен, когда бесполезен. Если вы можете видеть себя в правильном свете, то вы достигнете понимания, поскольку вы способны исправиться.

«Я не хочу идти в низшие миры. Ладно, со всеми этими медитациями, которыми я занимаюсь, со мной будет все в порядке. В конце концов, это не займет так уж много времени». Вы так думаете, полагая, что вам уже не нужно так уж много работать, а на самом деле нужно?

У: Нет, господин, я не принимаю ложное за правильное, а правильное за ложное.

С: Если вы прочно укрепите ваше внимание на месте и осознаете ум и материю, вы практикуете понимание. Если у вас нет осознания, вы живете в неведении. Если вы умрете с умом, погруженным в неведение, вы пойдете вниз, даже если вы соблюдаете предписания Упосатхи. Скажите мне, где вы родитесь, если окажетесь в момент смерти в пагоде ⁽¹⁾ или под деревом Бодхи ⁽²⁾?

(1) Пагода – религиозный памятник, похожий на собор. Он обычно содержит либо какие-то священные останки Будды или высоко почитаемого монаха, или же статую Будды, священные писания или другие священные объекты. Большинство пагод – это объемные строения, и в них нельзя входить. Они символизируют Будду.

(2) Фигус священный — дерево, под которым Будда достиг просветления.

У: Где бы я ни был, если я не могу сосредоточить ум, умирая, я пойду вниз, господин.

С: А как насчет монахов? Если я подумаю: «Мой запас заслуг довольно большой, значительно больше, чем у этих мирян», и тогда, с улыбкой на лице, я задаю себе вопрос об этом и о том. Если я умру, где будет мое перерождение?

У: Мы не смеем говорить что-либо о монахах, господин.

С: Вам не нужно что-либо говорить о монахах, просто возьмите меня в качестве примера.

У: Господин, мы тем более не посмеем сказать что-то о вас.

С: Я делаю предположение, что мой ум не установился ни на каком объекте, и я умираю, что бы при этом произошло, мой ученик?

У: Господин, я не думаю, что есть какой-то момент, в который вы не осознаете это место.

С: Но если бы я умер без этого осознания?

У: Если бы это был я, я бы упал в низшие миры.

С: О ком бы ни шла речь, если он умирает, и нет осознания в момент смерти, результат будет – рождение в аду. Поэтому устанавливайте ваше внимание так, чтобы вы никогда не забывали это маленькое место. Если бы я пожелал родиться в аду, достигнув полного понимания благодаря этому осознанию, возможно ли в этом случае попасть в ад?

У: Это желание не сможет осуществиться, господин.

С: Если мы не понимаем то, что необходимо понять, и затем начнем молиться о Ниббанае, получим ли мы ее?

У: Нет, господин. Как бы мы долго ни молились о Ниббанае, мы все равно пойдем вниз.

С: Неведение ведет в низшие миры. Но если вы начнете практиковать осознание входящего и выходящего дыхания, вы постепенно будете развиваться в направлении Ниббаны, на которую вы решительно нацелились. Поэтому прочно расположите ваше внимание на этом маленьком месте, чтобы оно не уходило.

Разве это невозможно, чтобы вы фиксировали ваш ум на этом маленьком месте, пока вы сидите передо мной?

У: Это возможно, господин.

С: А можно это делать, когда вы стоите и гуляете?

У: Да, господин.

С: А можете практиковать, пока едите, пьете или работаете?

У: Да, это возможно, господин.

С: Вы можете практиковать Анапану, когда вы одни?

У: Да, господин.

С: А когда вы в толпе?

У: Даже тогда возможно поддерживать осознание, господин.

С: Вы устаете, если вы поддерживаете ваше внимание на этом месте все время?

У: Нет, господин, это не утомляет.

С: Это вам что-то стоит?

У: Нет, господин, мы ничего не платим.

С: Ваша работа прерывается время от времени, вам мешают?

У: Нет, господин.

С: А в вашей работе, вы более эффективны, когда вы позволяете вашему уму блуждать или когда вы удерживаете внимание сосредоточенным на точке?

У: Она занимает то же самое время, господин.

С: Кто более эффективен: тот, у кого ум блуждает, или тот, кто удерживает свой ум под контролем?

У: Тот, кто удерживает внимание на месте сосредоточения, делает свое дело, и в то же время он работает на достижение Ниббаны.

С: Кто-то может заработать сто тысяч, но тот, кто работает и практикует осознание, тем самым получает в два раза больше. С этого момента вы будете зарабатывать двести тысяч.

Но скажите мне, когда мы делаем наш ум устойчивым и спокойным, какой будет награда, ограничится ли она тем, что я сказал?

У: Нет господин, когда ум ясный, он становится непоколебимым, устойчивым и сильным.

С: Все домохозяйки определенно это испытывали, когда готовили. Вам ведь приходилось готовить иногда, когда вы чувствовали усталость.

У: Да, господин, временами мы просто смотрим на огонь и качаем головой от усталости. При этом рис подгорает иногда, господин.

С: А почему такое происходит?

У: Потому что наш ум был не тем занят, чем нужно, господин. Как раз вчера я размышлял об одной сцене из шоу, и я сжег рис, господин. Если бы мой ум не блуждал, я бы смог сделать работу быстрее и не сжег бы еду.

С: Что происходит, когда вы едите рис, который плохо приготовлен?

У: У некоторых может быть расстройство желудка, господин.

С: Если вы готовите не так, как следует, вы делаете это медленно, вы быстро устаете, а еда будет плохой. Огонь гаснет, и вам нужно его снова разжигать. Вода для риса остывает, и вам нужно снова сходить за водой, чтобы ее вскипятить. Ничего не делается наилучшим образом, если мы невнимательны. Когда мы улучшаем осознание, то многое улучшается. Я лишь говорю вам то, чему учил Будда, но я, конечно, не могу вам рассказать все, чему он учил. Есть намного больше положительных результатов, приходящих с практикой. Учение Будды полно и безупречно. Невозможно обучить всем аспектам Дхаммы.

Но если вы будете удерживать внимание на месте сосредоточения и будете осознавать все время, то вы достигнете своей цели. Будда действительно обучал этому, и мудрые люди прежних времен действительно достигали своей цели благодаря этой практике, но тем не менее есть еще много вещей, которые Будда осознал и которые не содержатся в

этом. Но вы сможете достичь своей цели, продолжая осознавать вдох и выдох в месте сосредоточения. Вы станете по-настоящему счастливы.

Я говорю лишь об этом маленьком месте. Вы знаете разные теории о медитации для успокоения (*саматха*) и медитации инсайта (Випассана), и том, как они возникают. Да, есть *саматха* и есть Випассана, но Будда на самом деле говорил, что мы должны хорошо освоить одну практику:

Если вы практикуете одно, вы исполните одно.

Если вы практикуете одно, вы исполните два.

Если вы практикуете одно, вы исполните три.

Но это лишь слова. Вам следует практиковать с усилием, равным усилию мудрых людей прошедших времен.

Когда мы обучаем Дхамме, мы должны понимать разницу между Суттой, Абхидхаммой и Винаей, как это положено, но лишь после практики медитации в той же степени и с теми же усилиями, как благородные ученики Будды, мы действительно сможем объяснить Учение. Поэтому я объяснил вам технику должным образом, кто-то из вас, возможно, не воспримет или не поймет ее.

Если я спрошу вас о доме, в котором вы живете, вы сможете мне его точно описать. Но если я стану думать и размышлять о вашем доме, смогу ли я его себе визуализировать, какой он в действительности?

У: Нет, господин.

С: Если бы я думал и размышлял весь день и всю ночь, не засыпая, смог бы я увидеть ваш дом?

У: Нет, господин.

С: Скажите мне тогда, как я могу узнать, как ваш дом выглядит?

У: Если вы придете к моему дому сами, вы немедленно все увидите, даже если никто вам ни слова не скажет о нем.

С: И вы тоже должны так поступить, чтобы достичь вашей цели. Когда вы будете у цели, вы будете знать: «А, вот она». Стоит ли откладывать практику? Конечно, нет. Вы можете достичь Дхаммы здесь и сейчас.

Чтобы понять все это, практикуйте, делайте усилие. Вы говорили мне сейчас, что медитация не утомляет вас. Вы мне сказали, что за нее не нужно платить, она не мешает вашей работе, и вам удавалось практиковать и когда вы один, и когда вы с семьей. Можете ли вы найти какие-то оправдания, чтобы не практиковать, или вы будете продолжать жить, как и прежде, даже не пытаясь найти оправдания?

У: Большую часть времени мы будем продолжать, как и раньше, господин.

С: Те, кто берутся практиковать, получают ответы на свои вопросы. Поэтому удерживайте ваш ум сосредоточенным, и приготовление еды пройдет быстро; рис не подгорит, лишние дрова не истратятся. Вся ваша жизнь улучшится, а время будет просто пролетать.

Есть правильное поведение, и есть понимание. И то и другое важно. Правильное поведение – это выполнение ваших многочисленных обязанностей и предоставление

вами четырех необходимых условий для поддержки и продвижения Учений Будды. Контроль над умом дает вам понимание. Есть два элемента практики, и вы должны упражняться в обоих одновременно. Разве невозможно осознавать дыхание в то время, когда вы готовите и даете четыре необходимых вещи сообществу монахов?

У: Это возможно, господин.

С: Под какую из двух практик попадает подметание?

У: Подметание – это часть правильного поведения.

С: Разве вы не можете удерживать внимание на месте сосредоточения, подметая?

У: Можем, господин.

С: Под какую из двух практик подпадает служение своим родителям, которым вы очень обязаны за любовь, сострадание и оказываемую вам поддержку?

У: Это правильное поведение, господин.

С: Что вы осуществляете, когда вы служите и помогаете родителям?

У: Мы развиваем понимание, господин.

С: Так вы можете практиковать и правильное поведение и понимание в то же самое время. Иногда вы можете сказать, что вы не можете медитировать, хотя и хотели бы, поскольку вы не можете игнорировать своих старых отца и мать. Случается у вас такое?

У: Молодые люди часто так думают и откладывают медитацию, господин.

С: А как насчет людей постарше?

У: Они часто говорят, что не могут медитировать, поскольку должны смотреть за своими детьми, господин.

С: Выполнение наших обязанностей – часть нашего морального поведения. Если вы не выполняете ваши обязанности, ваше поведение не совершенно. В то же время, когда вы выполняете ваш долг, наставляя ваших детей, вы можете тренировать себя в осознании места сосредоточения. Разве это не замечательно? У вас теперь есть время для практики и морального поведения, и понимания.

Почитайте и уважайте ваших благодетелей – ваших родителей, ваших учителей и сообщество монахов – никогда не переставайте это делать. С этого момента работайте, не жалея сил, с твердым усилием, подобно мудрым прошлых времен. Ваши стремления осуществляются, подобно стремлениям мудрых учеников Будды.

Дискурс IV

Крыша, которая не протекает

Вебу Саядо: Содержимое трех корзин священных писаний, которым обучал Будда, столь обширно, что невозможно знать все, что там содержится. Только если вы разумны, вы сможете ясно понять то, чему монахи обучают вас из великого сострадания. Вы должны уделять внимание только этому.

Ученик: Господин, мы не совсем понимаем, что вы имеете в виду под: «Вы должны уделять внимание только этому».

С: Давайте я попробую объяснить таким образом. Если вы строите дом, вы делаете над ним крышу, не так ли?

У: Да, господин, мы накрываем наши дома крышами.

С: Когда вы делаете крышу дома, вы стараетесь обеспечить, чтобы она была герметична, не так ли? Если вы накрываете дом крышей, и идет небольшой дождь, крыша протекает?

У: Нет, господин, не протекает.

С: А если идет сильный дождь, то крыша протекает?

У: Нет, господин.

С: А когда палящее солнце, хорошо ли вас защищает ваш кров?

У: Да, господин.

С: Почему так? Потому что ваша крыша сделана хорошо. Вы будете знать, течет ли ваша крыша или нет после дождя?

У: Да, господин, когда идет дождь, легко это выяснить.

С: Видите, вы думаете, что Учения Будды обширны и разнообразны, но на самом деле они всего лишь единственный путь уйти от страдания. Только если вы возьмете один медитативный объект, который дал Будда, и будете ему следовать с непреклонным усилием до конца, вы сможете по праву утверждать, что ваша крыша больше не течет. Если ваша крыша не гарантирует защиту от дождя, вы должны это знать. Должно быть есть много домов у вас по соседству, и все они с крышами. Какие материалы используют для крыш?

У: Есть рифленые металлические крыши, есть черепичные, есть дома, покрытые листьями пальмы, есть бамбуковые крыши.

С: Да, конечно. Если крыша из листьев пальмы сделана хорошо, она надежна?

У: О, да, господин, она не будет протекать.

С: А если луженая крыша хорошо собрана, она защитит от дождя?

У: Да, господин.

С: Как насчет черепичной крыши?

У: Дождь не просочится сквозь нее, господин.

С: Как насчет бамбуковых крыш или крыш из обшивной доски?

У: Если они сделаны хорошо, они водонепроницаемы, господин.

С: То есть если вы возьмете материал, который вам нравится, и сделаете из него хорошую крышу, обеспечит ли он вам укрытие, когда дождь и когда яркое солнце?

У: Если мы покроем крышу как следует, она не протечет, господин.

С: Мы строим крыши, потому что мы не хотим промокнуть, когда идет дождь, и хотим спрятаться от палящего солнца. Учения Будды сейчас доступны. Займитесь одной из техник, которым учил Будда, установите устойчивое усилие и практикуйте. Только если вы непреклонны, ваша практика действительно будет похожа на крышу, и ни жадность, ни гнев, ни неведение не смогут просочиться. Только когда крыша не течет, вы можете сказать, что у вас хороший кров. А если крыша протекает, это потому что она хорошая или не очень?

У: Потому что она не очень хорошая, господин.

С: Она протекает из-за того, что пальмовые листья — нехороший кровельный материал?

У: Нет, господин, пальмовые листья — хороший кровельный материал.

С: Или может быть потому, что рифленое железо, или черепица, или обшивочная доска — неподходящие материалы?

У: Нет, господин, они вполне хороши.

С: Тогда почему же крыша течет?

У: Потому что крыша не так сделана, как следует.

С: Конечно, сделана ошибка. Ее трудно исправить?

У: Если мастер умелый, это довольно легко, господин.

С: Скажите мне, если она течет в определенном месте, что нужно сделать?

У: Нужно залатать то место, где течет, господин.

С: То же самое с медитацией. Сейчас, когда вы прилагаете усилие, течи нет, вы защищены. Если жадность, гнев или неведение все еще просачиваются, несмотря на то, что вы практикуете Учение Будды, вы должны осознавать тот факт, что ваша крыша не герметична. Вы должны знать, защищает ли крыша вашего дома от дождя или нет.

У: Господин, у нас есть все возможные материалы для крыш, но крыша все же протекает. Мы бы хотели знать способ построить хорошую крышу.

С: Не стройте шаткую, непрочную крышу. Стройте основательную, крепкую крышу.

У: Как нам построить крепкую крышу, господин? Когда мы сидим здесь так, мы вынуждены промокать от дождя.

С: Мудрые люди древних времен практиковали Учение, не допуская ослабления своих усилий во всех четырех позах ⁽¹⁾.

(1) Четыре позы – сидя, стоя, лежа и при ходьбе.

И они поддерживали такую совершенную непрерывность осознания, что не было никакого перерыва. Вам также следует практиковать подобным образом. Ученики Будды устанавливали свое осознание на точке сосредоточения и не позволяли уму ускользнуть на другой объект. Разве могут при этом дожди алчности, гнева и неведения повлиять на тех, кто непоколебим. У: Нет, господин, не могут.

С: Если вы установите осознание такого же качества и сидя, и стоя, и при ходьбе, сможет ли дождь проникнуть через крышу вашей защиты?

У: Господин, пожалуйста, обучите нас технике, которая нам даст прибежище.

С: Скажите мне, все вы дышите, не так ли?

У: О, да, господин, мы все дышим.

С: Когда вы начали дышать?

У: Конечно, когда мы родились, господин.

С: Вы дышите, когда сидите?

У: Да, господин.

С: Вы дышите, когда стоите или когда идете?

У: Конечно, господин.

С: А когда вы очень заняты, и много работы, вы не прекращаете дышать со словами: «Прошу прощения, нет времени дышать сейчас, слишком много работы»?

У: Нет, господин, не прекращаем.

С: А когда спите, дышите?

У: Да, господин.

С: Тогда нужно ли вам еще искать это дыхание?

У: Нет, господин, оно здесь все время.

С: Нет никого, большого или маленького, кто не знал бы, как дышать. Итак, где это дыхание прикасается, когда вы выдыхаете?

У: Где-то под носом над верхней губой, господин.

С: А когда вы вдыхаете?

У: В том же месте, господин.

С: Если вы уделяете внимание этому небольшому месту и прикосновению воздуха, входящего и выходящего, вы можете осознавать это?

У: Это возможно, господин.

С: Если вы осознаете таким образом, имеют ли еще место желание, отвращение, неведение, беспокойство и тревога?

У: Нет, господин.

С: Вы видите, вы можете уйти от страдания немедленно. Если вы следуете Учению Будды, вы немедленно становитесь счастливы. Если вы практикуете и почитаете Дхамму, вы устраняете страдание из текущего момента, а также страдание в будущем. Если вы доверяете монахам и учителям, это доверие приведет к устранению страдания сейчас и в будущем.

Единственный путь освобождения от страдания – следовать Учению Будды, и в тот же момент вы почитаете Учение и устанавливаете осознание. Нужно ли вам еще ходить и спрашивать других, как Дхамма, когда ее практикуют, приносит немедленное облегчение от страдания?

У: Мы сами испытали это, поэтому нам больше не нужно ходить и спрашивать других.

С: Если вы сами знаете, разве еще есть сомнение и неуверенность?

У: Нет, господин.

С: Удерживая ваше внимание на месте сосредоточения лишь на короткое время, вы поняли столь многое. Что будет, если вы удержите ваш ум сосредоточенным на долгое время?

У: Понимание будет более глубоким, господин.

С: Если бы ваше время истекло, и вам бы пришлось умереть, а ваше внимание сосредоточено на точке, были бы у вас причины для беспокойства?

У: Нет никакой необходимости беспокоиться о своей судьбе, если вы умираете, когда ум контролируем.

С: Это освобождает нас от страданий в кругу перерождений, и поскольку мы сами это обнаружили, нам не нужно спрашивать других об этом. Если мы установим сильное и

прочное усилие в соответствии с нашим стремлением к пробуждению, есть ли все еще причины для сомнений: «Достигну ли я или нет?»

У: Нет, господин, мы выходим за рамки сомнений.

С: То есть тогда у вас есть полная уверенность в том, что вы делаете, благодаря вашему усилию возникает фактор *вирья-иддхипада*. Предположим люди приходят и говорят вам: «У тебя еще нет правильной вещи, как вы вообще сможете достичь успеха?» Возникнет ли у вас сомнение?

У: Нет, господин.

С: Вы знаете, что хотя вы уверены, что сможете достичь цели с помощью практики, другие люди могут вам сказать, что вам это не удастся.

У: Господин, если мы это сами узнали, у нас не будет сомнений, что бы ни говорили другие.

С: А что если не сто или тысяча человек вам скажет, что то, что вы делаете, ничего не даст, — а весь город вам будет говорить это?

У: Даже если придет целый город, сомнений не возникнет, господин.

С: Предположим вся страна будет вам перечить?

У: Даже если так, господин, для сомнения не будет места, потому что мы сами поняли это счастье.

С: Да, вы знаете, сколько усилий вы прилагаете. Но не думайте, что ваши усилия уже совершенны. Вы только в начале. Еще многое можно улучшить. Когда вы сидите, ходите, стоите и работаете, всегда возможно осознавать входящее и выходящее дыхание, не так ли?

У: Да, господин.

С: Когда вы фокусируете ваше внимание на месте сосредоточения, вы несчастны?

У: Нет, господин.

С: Это что-то стоит для вас?

У: Нет, господин.

С: Люди, Дэвы и Брахмы, которые получили Учение после пробуждения Будды, практиковали непрерывно, и поэтому их намерения достичь пробуждения были исполнены.

То, чему учил Будда, закреплено в Типитаке. Если вы удерживаете внимание в точке сосредоточения на вдохе и выдохе, вся Типитака с вами.

У: Мы не совсем понимаем это, господин.

С: О, почему вдруг вы этого не понимаете? Конечно, вы понимаете.

У: Но мы бы хотели быть уверены, что мы понимаем это полностью, господин.

С: Вы уже поняли. Вы проверили, все ли (Учения Будды) содержатся в этом осознании?

У: Но, господин, наше осознание не достаточно глубоко, чтобы проверить это.

С: Но вы можете говорить о дискурсах, прочитанных Буддой, о правилах для монахов и о философии Абхидхаммы.

У: Когда мы обсуждаем их, мы лишь говорим, не зная на самом деле.

С: Разговоры утомительны. Итак, если вы удерживаете внимание на точке, вы можете сказать мне, все ли учение представлено здесь?

У: Мы не знаем, господин.

С: Может быть, вы мне не говорите, потому что устали?

У: Нет господин, мы не устали. Мы бы хотели ответить.

С: Если мы хотим положить конец страданию, мы должны наблюдать поведение ума и материи. Все говорят это. Материя состоит из восьми базовых элементов (1). Есть пятьдесят три умственных фактора (2).

(1) Четыре великих элемента (*маха-бхута*) и четыре вторичных. Четыре великих элемента – это земля (*патхава*), вода (*апо*), огонь (*тейо*), воздух (*вайо*). Эти четыре элемента – лишь поведение, например, *тейо* включает все возможные температуры, *патхава* – качество жесткости и мягкости, *вайо* – движение, а *апо* – сцепление. Когда эти четыре характеристики и четыре вторичных (цвет, запах, вкус, питательность) соединяются, то возникает мельчайшая частица материи – *калапа*.

(2) Ссылка на Абхидхамму. См. *Компедиум философии*, стр. 98 ff.

Все вы можете мне сказать это не задумываясь. Вы умные. Когда другие обсуждают Учение, вы исправляете их и говорите им, где они ошиблись и где они что-то упустили. Вы опровергаете и критикуете их. Вы дискутируете таким образом, не так ли?

Мы говорили сейчас, что вещь, которая не знает, – материя, а сущность, которая знает, – ум. Эти две вещи должны быть очевидны для вас. Чем является место сосредоточения под носом – умом или материей?

У: Я думаю, это место – материя, господин. *Кайа-пасада* (чувствующая материя), посредством которой мы чувствуем ощущение прикосновения, – это *рупа*. Но те, кто изучают философию Абхидхаммы, говорят нам, что мы – просто концепции (*паньятти*), и место прикосновения – тоже не что иное, как концепция, господин... Когда мы ведем дискуссию с людьми, в совершенстве владеющими Абхидхамматха-сангаха (1), мы становимся гневными и возбужденными, и получаем мало заслуг.

(1) Абхидхамматха-сангаха – это сжатый обзор и введение в Абхидхамму. Он был составлен монахом по имени Анурудха, который, по видимому, жил на Цейлоне между восьмым и двенадцатым столетиями нашей эры. Его широко изучают в Бирме и монахи, и миряне.

Есть два английских перевода: *Компендиум Философии* У Шве Зан Аунга (впервые опубликован Сообществом Палийских Текстов в 1910 году) и *Учебник Абхидхаммы* достопочтимого Нарады (впервые опубликован Сообществом Буддийских Публикаций в 1956 году; третье исправленное издание вышло в 1975 году).

С: Если вы не можете удерживать ваше внимание на точке, вы обязательно вовлечетесь в дискуссии.

У: Но, господин, если мы не отвечаем, мы должны признать поражение.

С: Скажите мне, что вам нужно делать, когда вы голодны?

У: Мы должны поесть риса, господин.

С: Как насчет монахов, что вы должны дать им, чтобы успокоить их голод?

У: Мы должны дать им рис подношения (2), господин.

(2) В бирманском языке есть несколько существительных и глаголов, которые используются только монахами или по отношению к монахам. Рис, предложенный монахам, называется другим словом по сравнению с рисом, который едят мирские люди. Есть также особые «слова о монахах» для еды, сна, прихода, разговора и т.п. Культурные бирманцы не только используют особые слова, чтобы показать уважение, говоря о монахе, они также, говоря о себе, используют «ваш ученик», а о монахе – «Уважаемый господин».

С: А рис подношения, который они едят, и рис, который вы едите, — это две разные вещи?

У: Они не разные, господин. Чтобы показать уважение по отношению к монахам, мы называем их рис «рисом подношения», но это тот же самый рис, что и мы едим.

С: То есть назовем ли мы его рисом или рисом подношения, он утолит наш голод.

У: Да, господин, оба наполнят желудок.

С: А как насчет носа, места сосредоточения? Вы можете назвать его общепринятым названием, или вы можете говорить о чувствующей материи. Это то же самое, как и в случае с обычным рисом и рисом подношения. Стоит ли спорить об этом?

У: Нет, господин, нет никакой нужды в длинных дискуссиях.

С: Когда вы это поняли, вы прекратите спорить или будете продолжать свои дебаты?

У: Нет, господин, мы не будем дебатировать, но ученики, изучающие Абхидхамму (1) будут.

(1) Учение Абхидхаммы для мирян было возрождено в Бирме одним хорошо известным монахом — Достопочтимым Леди Саядо в начале двадцатого столетия. В большинстве крупных городов есть «Ассоциации Абхидхаммы», где преподают главным образом Абхидхамматха-сангаха.

С: В этом случае вы просто не принимайте участия в дискуссиях на подобные темы. С самого начала вы знали, что рис подношения и обычный рис – это то же самое, но мы должны говорить об этом, чтобы вы понимали. Итак, как мы называем сущность, которая осознает?

У: Ее называют умом.

С: Только если вы достигли такого контроля над умом, что он не прыгает с одного объекта на другой, вы способны ясно отличать ум (*нама*) от материи (*рупа*).

У: Да, господин, теперь мы можем отличить ум от материи.

С: Как называется это знание ума и материи, которое вы получили, — понимание (*виджня*) или неведение (*авиджня*)?

У: Это понимание, господин.

С: Имеет ли место неведение, когда вы можете ясно видеть различия между умом и материей?

У: Нет, господин, *авиджня* убежала.

С: Когда вы сосредотачиваетесь на месте под носом, есть понимание, а неведение изгоняется. Итак, если мы продолжим сосредоточение на нашем месте, восстановится ли неведение снова?

У: Нет, господин, не восстановится.

С: Да, вы видите, вам нужно установить понимание таким образом. Вы обнаружили это сейчас, не давайте ему убежать снова. Может ли иллюзия снова взять верх над вами, если ваше понимание будет продолжать возрастать? Нужно ли хорошим людям жаловаться и причитать, говоря, что так трудно избавиться от *авиджи*, после того, как им дали Учение Будды, которое представляет собой инструмент для преодоления и победы над неведением?

У: Нет, господин, им не стоит жаловаться. Все, что им нужно делать, — это продолжать прилагать усилие.

С: То есть вы осознаете, что все, чему учил Будда, содержится в этой медитации. Если вы продолжаете прилагать усилие, укрепились в совершенном усилии, то вы достигните полного понимания. Вы сказали мне, есть много материалов, подходящих для строительства хорошей крыши. Не только луженая крыша или крыша из пальмовых листьев надежны; вы можете выбрать один из множества разных материалов. Я думаю, вы собрали много хороших кровельных материалов. Теперь вам нужно построить крышу, которая вас на самом деле защитит от дождя. Когда вы построите хороший кров, вы не будете мокнуть и не будете больше страдать от зноя. Если вы построите ваш приют в джунглях, хорошо это будет?

У: Да, господин, хорошо.

С: А если вы построите вашу крышу в городе?

У: Это будет безопасно, господин.

С: Есть ли разница, где вы строите жилище, — в этой стране или в другой стране?

У: Господин, оно будет давать укрытие и здесь и там.

С: Вас радует, если вы насквозь промокаете под дождем, или если вам приходится жить под палящим солнцем?

У: Нет, господин, это бы меня огорчало.

С: В таком случае приложите все усилия, чтобы вам не пришлось страдать от солнца или дождя снова и снова.

Дискурс V

Полет Стрелы

Саядо: Вы приняли *сиилу*. Получив *сиилу*, практикуйте ее. Только если вы практикуете совершенство моральности полностью, вы можете добиться успеха в достижении всех возможных намерений ⁽¹⁾ пробуждения без исключений.

(1) Намерения к пробуждению. Есть три типа пробужденных индивидуумов: Будды, Пачека Будды, Арахаты (которых подразделяют на двух Главных учеников, восемьдесят ведущих учеников и несчетное количество Арахатов). Все эти индивидуумы достигли полного понимания Четырех Благородных Истин и, таким образом, свободны от всех страстных желаний, отвращения и иллюзий относительно реальности.

Будды и Пачека Будды – самопробужденные, то есть они достигли Ниббаны без того, чтобы кто-то обучал их, в то время как обычные Арахаты могут достичь Ниббаны лишь после получения Учения Будды. Пачека Будда, таким образом, достигает Ниббаны без помощи Будды, и у него нет способности обучать других практике, которая ведет к осуществлению Ниббаны. Период времени, который необходим индивидууму для самосовершенства в десяти *парами*, чтобы стать Буддой, бесконечно дольше, чем период, необходимый, чтобы стать Пачека Буддой, или для достижения Арахатства после получения Учения Будды, но даже Арахату необходимо, как говорят, сто тысяч мировых циклов, чтобы развить потенциал для достижения Ниббаны. Когда Достопочтимый Вебу Саядо упоминает намерения пробуждения, он всегда имеет в виду намерения достичь одну из этих форм пробуждения.

Сейчас, когда вы поняли, что родились в благоприятное время и в хорошем существовании, беритесь за практику Учения Будды, прилагая все свои усилия, и укрепляйте себя в них. Благородные ученики Учителя практиковали, не ослабляя свои усилия, и были внимательны во всех четырех позах тела, не зная отдыха. Они работали с непреклонностью, и они все достигли желаемой цели. Вы также должны взяться за эту практику с сильной волей достичь цели.

С чем можно сравнить эту практику, практику без отдыха или перерыва? Это подобно полету стрелы. Если мы пускаем стрелу из лука, мы выбираем цель по своему желанию. Теперь скажите мне, замедляется ли стрела, а затем снова ускоряется, когда мы ее пускаем? Может быть, она временами отдыхает, а затем снова движется к цели?

Ученик: Господин, она летит быстро и с постоянной скоростью.

С: А когда она останавливается?

У: Она останавливается, когда попадает в цель, господин.

С: Да, лишь когда попадает в мишень, в свою цель, тогда она останавливается. Точно так же поступали прямые ученики Будды, они стремились достичь цели, которую они выбрали. Двигаясь устойчиво без перерывов, не останавливаясь, они наконец достигали тот вид пробуждения (*бодхи*), к которому они стремились в своем сердце.

Конечно, есть различные виды пробуждения. Все их можно достичь, если вы работаете, не жалея сил. Если вы работаете для *самма-сам-бодхи* (Буддовость), вы должны работать непрерывно. Если вы работаете для *паччека-бодхи* (Не-обучающей-Буддовости), вам необходимо поддерживать непрерывность практики. Если вы нацелены на *савака-бодхи* (Арахатство), вам необходимо практиковать непрерывно подобно тому, как непрерывно летит стрела. Если вы практикуете устойчиво, вы сможете достичь цели.

Поскольку вы практикуете без перерывов, вы не будете усталым или обессиленным. Если вы возьметесь за Учение Будды, несравнимое счастье придет к вам.

Некоторые думают, что Будда учил многим разным вещам. Все вы помните некоторые части священных писаний, поскольку монахи из великого сострадания преподали их вам. Временами вы можете подумать: «Учения Будды столь обширны и многогранны. Я не могу последовать и понять все это, и поэтому я не смогу достичь цели». А некоторые могут сказать: «То, что истинно для меня, только я сам могу знать». А другие: «Я не могу работать, потому что я не могу еще чувствовать дыхание». Теперь скажите, каково ваше оправдание?

У: Можно сказать, что мы должны работать, чтобы поддерживать жизнь нашего тела, мы откладываем медитацию с утра на вечер, а с вечера на утро. Таким образом, мы откладываем приложение усилий.

С: А что еще люди обычно говорят?

У: Некоторые говорят, что не могут медитировать из-за возраста, а некоторые боятся, что они от этого заболеют.

С: А что говорят те, кто еще молод?

У: Они говорят, что не могут медитировать, поскольку они должны учиться. Пока они молоды и здоровы, они хотят наслаждаться жизнью.

С: А если вам нехорошо, и вы больны?

У: Тогда, господин, мы беспокоимся. Мы звоним доктору и думаем о лекарстве, но мы все еще не практикуем.

С: А когда вы выздоравливаете?

У: Нам как-то удастся откладывать медитацию день за днем, и время проходит.

С: Но на самом деле вы хотите достичь счастья, не так ли?

У: Да, господин.

С: Тогда, если вы действительно хотите этого, почему вы откладываете реализацию стремления к этому?

У: Мы не хотим его на самом деле, господин.

С: Это касается лично вас или всех вас здесь?

У: Должно быть, есть в аудитории и те, кто действительно намерен достичь счастья, и другие, такие же, как я, кто не настолько серьезен в этом отношении.

С: Если вы будете прилагать усилие, как вы это делаете сейчас, вы, конечно, поймете. Но мысли и сомнения могут всплывать в вашем уме: «Придется ли мне страдать? Будет ли трудной эта практика?» Вы уже получили некоторые знания из Учения Будды соответственно вашим личным способностям. Думая о них, однако, вы замедлите ваш прогресс. Поэтому теперь внимательно слушайте Учение и практикуйте. Если вы практикуете, вы подходите к вашей цели, и ее реальность может соответствовать вашим представлениям, а может, и нет. Только если вы сами узнаете, вы сможете понять, что ваши мысли и представления насчет цели были неправильны. Все вы знаете из лекций о Дхамме ⁽¹⁾, что если вы следуете Учению Будды, вы обретете величайшее счастье и в настоящем, и в будущем.

(1) Лекции по Дхамме или «Универсальному Закону», как объяснял Будда, проводятся монахами для учеников-мирян по их просьбе. Монахи обычно проводят лекции после еды, преподносимой им, но бывают также и лекции по Дхамме, организованные для больших собраний, проводимые знаменитыми монахами.

На самом деле вы все сами можете проповедовать Дхамму. Не думаете ли вы, что размышления и рассуждения замедляют ваш прогресс? Если вы думаете и анализируете, каждая ли ваша мысль будет правильной?

У: Нет, господин.

С: Если вы установите цель, как я говорил, и будете продолжать размышления о вашем желании достичь ее, поможет ли это?

У: Нет, господин.

С: Тогда стоит ли продолжать обдумывать и размышлять?

У: Если мы анализируем и обдумываем все время, мы пойдем по ложному пути, господин.

С: Когда мы начинаем думать, возникает очень много мыслей. Много ли из того, что мы думаем, полезно для нас?

У: Трудно думать полезные мысли. Мысли часто становятся совершенно бесполезными и вводящими в заблуждение.

С: Сообщество благородных монахов разъяснило Учение, которое реально и истинно для вас, и все же ваши мысли склонны вводить вас в заблуждение. Как это возможно?

Но скажите мне, откуда вы? ... Вы из Кеммендайна. У вас, должно быть, сад возле дома и забор вокруг него.

У: Да, господин, все верно.

С: С какой стороны участка находятся ворота?

У: У меня одни ворота открываются на юг, и другие — на север, господин.

С: А сколько этажей в вашем доме?

У: Это одноэтажный дом, господин.

С: На какой стороне у вас дверь?

У: Есть две двери, господин, одна — на западе, и одна — на южной стене.

С: Итак, мы знаем, что вы живете в Кеммендайне, что у вас есть забор вокруг сада с воротами на севере и на юге. Ваш дом одноэтажный, и у него две двери, с южной и западной сторон соответственно. Вы видите, вы мне сказали, и я все знаю о вашем месте. Теперь то, что я знаю о вашем доме, и то, что вы знаете, это примерно одно и то же или нет?

У: Это не может быть одним и тем же, господин.

С: А почему? Вы знаете вашу деревню, ваш сад, и ваш дом; вы мне рассказали, что живете в Кеммендайне; и вы описали ваш сад и ваш дом, такими, как вы их знаете. Поэтому я знаю вашу деревню, ваш сад и ваш дом. Я реально знаю о нем, так же, как и вы.

У: Вы не знаете его в той степени, как я его знаю.

С: Мой дорогой друг, почему то, что я знаю, отличается от того, что вы знаете? Просто спросите меня, где вы живете, и я отвечу, что вы живете Кеммендайне. К тому же я знаю о вашем саде и доме точно так же, как и вы. Что еще есть, что вы мне можете сказать, чего я не знаю?

У: Даже если я сказал бы вам номер дома и улицу, где он находится, вы не смогли бы найти дом, господин.

С: Расскажите мне тогда, что вы знаете еще по этой теме, чего я не знаю.

У: Я не могу вам сказать больше, господин, но я знаю больше потому, что я там действительно был.

С: В этом случае я подумаю об этом и представлю себе, где находится Кеммендайн.

У: Вы не можете понять, думая об этом, господин.

С: Я буду думать много и долго. Кое-что из этого определенно верно. Я буду думать о доме в Кеммендаине с двумя воротами, одноэтажном. Будут ли какие-то из моих догадок правильными?

У: Я не думаю, что будут, господин.

С: Неужели это так трудно? Ну, я буду думать и так и эдак. Кое-что должно оказаться верным. Я буду думать об этом около года. Найду ли я ответ?

У: Если вы лишь будете думать, господин, вы не найдете его. Но если вы придете и посмотрите, тогда вы сами все увидите и узнаете.

С: Так, а если бы я думал об этом около сорока или пятидесяти лет? Или... даже лучше я буду не просто думать, а буду разговаривать об этом. Смогу ли я в этом случае узнать его?

У: Даже если вы будете говорить об этом, господин, вы не дойдете до него.

С: Тогда скажите мне, пожалуйста, где Кеммендаин.

У: Отсюда вам нужно идти на юго-запад.

С: Итак, если я пойду на юго-запад, я приду туда?

У: Да, господин, придете, но вы все равно не найдете мой дом.

С: Хорошо, я начну сейчас. Я буду очень хорошо продумывать, и в то же время я буду проговаривать (ваши инструкции и описания). Таким образом я приду к знанию.

У: Нет, господин, я так не думаю.

С: Вы мне говорите, что вы знаете все о вашем доме, но если я повторю то, что знаю от вас, то это будет бесполезно. Это огорчает.

У: Господин, вы просто повторите то, что слышали, но вы не будете знать на самом деле.

С: Итак, все, что я говорю об этом доме правильно, но он утверждает, что я все равно не знаю его в той степени, в которой он знает. Я не знаю, правда ли это... Но теперь, если бы я подумал над этим углубленно и рассказал про свои мысли, была бы разница в понимании? Или если бы я декламировал то, что вы рассказали день и ночь, смог ли бы я действительно понять?

У: Господин, вы бы все равно не знали этого в той же степени, в которой вы бы знали, если бы пошли туда сами.

С: Прежде чем вы рассказали мне о вашем доме, я не знал о нем, но сейчас я знаю кое-что.

У: Да, господин, это правда, но если бы вы пошли и посмотрели, вы бы знали все о нем.

С: Скажите мне, если я бы пошел согласно вашим инструкциям, я бы дошел до вашего дома?

У: Да, господин.

С: А если я не буду знать номер дома?

У: Вы бы бесцельно блуждали, господин.

С: А если вы туда пойдете?

У: То я направлюсь прямо к своему дому, господин.

С: Пришлось бы ли вам беспокоиться, как до него добраться, на правильной ли вы дороге?

У: Если вы пойдете со мной, господин, вы не заблудитесь, потому что я уже бывал там раньше.

С: Будда учил тому, что он осознал сам. Вы все обладаете качествами, необходимыми, чтобы принять хороший совет. Учения Будды обширны. Это Суттанта, Виная и Абхидхамма. Вам не нужно изучать их все. Выберите один объект медитации, одну технику, которая вам подходит, и затем работайте с твердой решимостью. Если вы укрепитесь на этом пути и дойдете до цели, вы поймете все глубоко и полностью.

Но даже сейчас, прежде чем я закончу говорить, вы действительно получите некоторое понимание, и это непосредственное понимание называется *акалико* (1).

(1) *Акалико* – одно из шести качеств Будда-Дхаммы. Если перевести *акалико* дословно, оно означает мгновенно, непосредственно. Тот, кто практикует учение Будды, получает мгновенные результаты.

Наши учителя и родители, которые нас обучают из великого сострадания и любви, говорят нам: «Выучи то и это...», а когда мы идем спать, они зовут нас и говорят: «Почему ты не выразил почтения Будде, прежде чем отправляться спать? Иди вырази почтение». А если мы не следуем их инструкциям, они могут даже побить нас. Они вынуждены это делать, даже если они не хотят это делать. Благодаря их помощи наше сопротивление преодолевается. Но, конечно, мы получаем мгновенное знание Будда-Дхаммы, только если мы заинтересованы в этом сами. Когда же это становится *акалико*, мгновенным?

У: Только если мы действительно обнаруживаем Дхамму, господин.

С: А когда мы действительно находим Дхамму?

У: После того, как поработали ради этого, господин.

С: В какое конкретное время мы должны практиковать, чтобы достичь успеха?

У: Время дня или ночи не имеет значения. Если мы практикуем и затем достигаем цели, мы обретаем непосредственное знание, господин.

С: Это очень легко. Вы получили Учение Будды. Все, что вам нужно делать, — это прилагать усилия точно так же, как это делали ученики Будды. Это легко. Это не мое собственное знание. Я тоже узнал Учение Будды, и я передаю его вам. Все вы очень разумные и смышленные. То, что я вам говорю, вы уже знаете. Почему, вы думаете, Будда учил Дхамме?

У: Он обучал людей непрерывно осознавать ум и материю.

С: Он учил ей, чтобы те люди, кто хочет достичь цели, могли это сделать. Он обучал потому, что желал им получить возможность путешествовать по пути. Но некоторые из вас могут сказать, что сейчас не подходящее время для практики. Ум не установился из-за всех этих приходящих и уходящих людей. «Мы будем медитировать, когда ум будет безмятежным», — так вы можете решить. А если ум станет безмятежным через какое-то время, что случится?

У: Когда ум успокаивается, мы идем спать, господин.

С: О да, и вы это называете медитацией?

У: Господин, мы мастера только говорить о медитации.

С: А затем, когда вы испытаете угрызения совести, что не медитировали, и вы идете в медитационный центр, что вы тогда берете с собой?

У: Мы берем с собой еду, господин.

С: Скажите, когда вы принимаете предписания, вы много едите?

У: Да, господин. Женщины предлагают еду, и мы просто едим. Мы начинаем рано, а затем мы продолжаем есть прямо до полудня (1).

(1) Шестое предписание запрещает употребление твердой пищи после полудня.

С: Вы едите больше, чем в обычные дни?

У: О да, господин, намного больше.

С: Расскажите мне, вы прекращаете есть в полдень?

У: Ну, видите ли, господин, некоторые говорят, что даже тогда можно продолжать есть. Если мы прекращаем есть, мы не можем начать снова после полудня, но если я начал до двенадцати, я могу продолжать есть и после полудня, как я слышал.

С: Как насчет вас? Вы продолжаете есть?

У: Я продолжаю есть, хотя мы и говорим, как надо, господин.

С: А что вы делаете после того, как вы закончили есть?

У: Тогда мой желудок полон, господин, поэтому я ложусь и лежу на спине.

С: А потом?

У: Потом я сплю, господин.

С: А когда вы просыпаетесь?

У: Примерно около 3:00 или 4:00 после полудня, господин.

С: Вы медитируете тогда, будучи проснувшимся и полностью готовым?

У: Нет, господин, тогда я прошу сок или лимонад (2).

(2) Молоко считается твердой пищей.

С: Вы пьете много или чуть-чуть?

У: Я пью все, что есть.

С: Даже если вы пьете много, что-то же остается. Вы оставляете другим?

У: Нет, господин, я пью все сам, поскольку я люблю все оставить себе.

С: А вы хорошо себя чувствуете, если пьете слишком много?

У: Нет, господин, не очень хорошо.

С: Скажите мне, ну а затем вы медитируете?

У: Ну, господин, поскольку я себя не очень хорошо чувствую, мне нужно полежать.

С: А затем что случается?

У: Я снова засыпаю, господин.

С: А когда просыпаетесь?

У: Следующим утром, господин, когда встает солнце. Я говорю себе: «Ну посмотри, солнце встало», — и я встаю и завтракаю.

С: А теперь скажите мне, если вы не достигните Ниббаны, как вы думаете, это потому, что нет таких людей, как полностью пробужденный Будда, и потому, что Ниббаны не существует?

У: Нет, господин, это потому, что я слишком много ем.

С: Хорошо, вы действительно прилагаете некоторые усилия, но эта жадность все еще слишком сильна, я полагаю. Скажите мне, когда вы начинаете медитировать, и кто-то шепчет возле вашего уха, вы его слышите или нет?

У: Когда сосредоточение не слишком хорошее, мы наостраем уши и слушаем, о чем шепчут.

С: Когда вы слышите этот шепот, вы принимаете его и уважительно думаете о людях, которые шепчутся?

У: Господин, когда решимость медитировать сильна, то я злюсь на людей, которые шепчутся.

С: Медитирующие злятся?

У: Если люди приходят и шепчутся там, где я медитирую, я, конечно, злюсь.

С: А это умело — злиться и думать: «Разве можно здесь шептаться? Вообще откуда этот парень? Кто он?» Медитирующий, который так реагирует, сможет быстрее достичь цели? Если он разгневадается и умрет, где он родится?

У: Он родится в низшем мире, господин.

С: Даже если он соблюдает восемь предписаний Упосатхи?

У: Если он будет злиться, он будет рожден в низшем мире даже в этом случае, господин.

С: Как же нам подойти к проблеме того, что нас отвлекают шептания во время медитации? Мы должны размышлять следующим образом: «Я пришел сюда медитировать. Мои коллеги медитирующие шепчутся, и я слышу их. Если другие узнают, что я обращаю внимание на шепот, мне будет стыдно, поскольку все узнают, что я не прилагаю достаточно усилий. Я буду стараться еще больше прилагать усилия». Мы должны быть благодарны людям, которые показывают нам посредством шептания, что наше усилие недостаточно. Если ваше усилие хорошее, ваше сосредоточение будет хорошим, и вы ничего не будете слышать. Испытывая благодарность, вы можете надеяться, что эти люди будут продолжать беседовать, а вы должны продолжать медитировать. Не нужно идти к ним и благодарить. Просто продолжайте медитировать, и когда ваше осознание объекта медитации станет непрерывным, вы больше не услышите мешающие звуки. Если люди будут разговаривать довольно громко, вы услышите их?

У: Если они будут говорить громко, я думаю, я их услышу, господин.

С: И снова мы должны быть благодарны. «Они мне говорят, что нужно улучшить мои усилия». Будучи благодарным этим людям, я успокою свой ум и сосредоточу в корне носа снова. Медитировать – означает осознать объект так непосредственно, чтобы он никогда не ускользал из области внимания.

У: Господин, пожалуйста, объясните нам, как осознать объект так непосредственно.

С: Вы просто должны удерживать ваше внимание полностью собранным, сосредоточенным на оговоренном месте. Вы все дышите с того момента, как родились. Вы можете почувствовать, где воздух касается, когда вы вдыхаете и когда выдыхаете?

У: Господин, для меня ощущение прикосновения наиболее очевидно под правой ноздрей.

С: Не в двух местах?

У: Нет, господин, только в одном месте.

С: Да, он касается в этой маленькой точке, когда вы вдыхаете и когда вы выдыхаете. Скажите мне, воздух входит с паузами или непрерывным потоком?

У: Есть паузы, господин.

С: А что прерывается – поток воздуха или осознание? Прикосновение воздуха непрерывное в то время, как вы вдыхаете и выдыхаете?

У: Оно не прерывается, господин.

С: Тогда вы должны чувствовать этот поток воздуха непрерывно. Не смотрите еще куда бы то ни было. Просто почувствуйте это прикосновение дыхания. Если вы не чувствуете его, тогда попробуйте коснуться этого места пальцем. Когда вы почувствуете ощущение прикосновения, уберите палец и оставайтесь с осознанием прикосновения в точке сосредоточения. Вы должны осознавать прикосновение воздуха, которое непрерывно, как непрерывное. Если вы осознаете это место без провалов в непрерывности осознания, будете ли вы все еще слышать шепот?

У: Нет, господин, я не думаю.

С: Если внимание прочно и непрерывно зафиксировано на этом месте, услышите ли вы громкие голоса?

У: Нет, господин.

С: Вы сосредотачиваетесь на этой точке под носом над верхней губой и исключительно на ней так, что вы не слышите больше звуков. Это место — материя (*рупа*) или ум (*нама*)?

У: Это материя, господин.

С: А сущность, которая знает это, осознает — это что?

У: Это ум, господин.

С: То есть если вы осознаете место непрерывно, вы постоянно осознаете ум и материю, не так ли?

У: Да, господин, это правда.

С: Если вы осознаете ум и материю таким образом, вы знаете, что нет никакой самости, нет мужчин и женщин, нет ни человеческих существ, ни Дэвов, ни Брахм? Это то, чему учил Будда. Если мы осознаем ум и материю, думаем ли мы в терминах человеческих существ, Дэвов и Брахм?

У: Нет, господин, не думаем.

С: Легко ли осознавать таким образом?

У: Да, господин, это легко.

С: Это означает знать вещи такими, какие они есть на самом деле. Ум и материя возникают непрерывно. Они возникают, а затем распадаются. Сколько раз они распадаются в промежуток вспышки молнии?

У: Я слышал, что они распадаются сто миллиардов раз в течение моргания глаза, господин.

С: Скажите мне тогда, как вы можете посчитать до ста миллиардов в течение моргания глаза?

У: Я не могу, господин.

С: Предположим вам дали сто миллиардов золотых монет, и вам нужно было бы посчитать их, сколько бы это заняло времени?

У: Я думаю, это заняло бы месяц, господин. Даже если бы я жадно считал днем и ночью, это бы заняло так много времени.

С: Несравненный Будда проник во все это посредством своего сверхзнания и затем смог учить этому. Но что мы можем знать сами? Мы можем знать ум и материю одновременно. А что мы получим от этого осознания? Мы сможем понять характеристики их поведения. Вам не нужно делать ничего особенного. Просто практикуйте, как вы практикуете сейчас. Удерживайте ваше внимание сосредоточенным на месте [у корня носа], и когда вы обретете способность удерживать внимание с осознанием дыхания и места, ум и материя заговорят с вами.

У: Нам нужно думать об *аничче* (непостоянстве), когда один вдох заканчивается, господин?

С: Хорошо думать об *аничче*, когда дыхание заканчивается. Если вы знаете *аниччу* таким образом, вы сможете достичь Ниббаны?

У: Еще нет, господин.

С: Тогда, если вы не можете еще достичь Ниббаны, продолжайте сосредотачиваться на точке, и вы придете к знанию.

У: А про что мы должны понимать, что оно непостоянно, господин?

С: Вы говорите, что сахар сладкий, не так ли? Но если я никогда раньше не пробовал сахар, как вы объясните мне сладость?

У: Это намного лучше, чем даже пальмовый сахар, господин, но мы не можем объяснить это так, чтобы вы это на самом деле узнали.

С: Но вы его пробовали, тогда почему вы не можете рассказать мне об этом?

У: Ну хорошо, господин, сахар выглядит как соль, но муравьи не бегут на соль, однако они очень любят сахар. Но это вам не очень поможет, господин. Вы должны его попробовать, господин.

С: Итак, соль и сахар выглядят похожими. Теперь, если я поем немного соли, называя ее сахаром, я узнаю вкус сахара?

У: Нет, господин, соль останется соленой.

С: В этом случае я буду думать, что сахар соленый.

У: Это то же самое, как то, что мы не знаем, как узнать непостоянство, господин.

С: Когда мы говорим о внешнем виде сахара, есть много возможностей по ошибке принять за сахар что-то другое. Только если вы объясните вкус сахара как надо, я смогу понять.

У: Мы бы посоветовали вам съесть немного сахара, господин.

С: Нужно ли вам сидеть рядом со мной, пока я буду есть и говорить: «Он сладкий, он сладкий ...»?

У: Если бы я это произносил, это бы просто мешало вам, и это не нужно для того, чтобы сахар был сладким. Как только вы положите сахар в рот, вы сможете почувствовать сладость, господин.

С: Но давайте представим, что есть бхикху, который хочет попробовать сахар. Будет ли сахар думать: «Это бхикху из джунглей. Я не буду для него полностью сладким. Я буду для него наполовину сладким по сравнению с тем, как я сладок для людей из города»?

У: Сахар не избирателен, господин; он сладок для всех.

С: Точно так же и с осознанием ума и материи. Если вы удерживаете осознание, вы почувствуете Дхамму немедленно так же, как вкус сладости, когда вы едите сахар. Возможно ли, что вы ошибетесь во вкусе, приняв соль за сахар? Вы так часто ходите на рынок, и вы можете легко различить соль и сахар. Вы не будете покупать соль вместо сахара. Несравненный Будда проник в истину и действительно познал ее. Он может отличить освобождение от страдания, и поэтому он дал это освобождение и человеческим существам, и Дэвам, и Брахмам. Он просто попросил их «отведать». Просто ешьте, это реально. Останетесь ли вы здесь, не поев, опасаясь, что это может оказаться не настоящим освобождением?

У: Мы еще не достигли этой точки, господин. Мы просто слушаем ваши слова.

С: Ешьте, как я вам сказал. Вы не ошибетесь. А почему вы не можете ошибиться? Потому что ум и материя действительно возникают и распадаются непрерывно.

Почему вам следует сосредоточиться на точке, хотя вы еще не знаете освобождения? Пока вы не поедите чего-либо, как вы узнаете, какой у него вкус? Вы знаете много о Дхамме. Вы знаете о *наме* и *рупе*; вы знаете, что такое Сутты, и вы знаете о Винае и Абхидхамме. Вы знаете – это *саматха*, это – Випассана.

У: Но, господин, все это перемешано у нас в головах, как гигантская мешанина.

С: Позвольте ей быть мешаниной. Уделяйте внимание этому месту, и только так, как я учил вас. Позднее эта мешанина распадется, и все попадет на свое место. Если мы пойдем на восток, мы попадем в то место, что на востоке; если пойдем на запад, — то в то место, что на западе. Место [сосредоточения] – как транспортное средство. Если вы хотите поехать в Мандалай, вы должны сесть на поезд в Мандалай и оставаться в нем. Место сосредоточения подобно поезду; не покидайте его. Удерживайте ваше внимание на нем очень плотно. Это все, что я должен сказать. Больше нечего сказать, кроме этого.

Вы знаете восемь составляющих Благородного Восьмеричного Пути? Как вы думаете, как они прилагаются к практике сосредоточения на нашей точке?

У: Если мы сосредоточиваемся на точке с правильной концентрацией, мы достигнем знания правильного видения, господин.

С: А другие элементы Благородного Восьмеричного Пути имеют отношение к практике?

У: Господин, восемь составляющих Благородного Восьмеричного Пути это: (1) Правильное видение, (2) Правильное мышление, (3) Правильная речь, (4) Правильное действие, (5) Правильный образ жизни, (7) Правильная внимательность, (8) Правильная концентрация.

Когда наш ум сосредоточен, мы не думаем неуместные мысли никоим образом. Поэтому имеет место правильное мышление, господин. Поскольку мы не разговариваем, мы не лжем, и, таким образом, у нас правильная речь. Поскольку осознание дыхания – это хорошее действие, правильное действие включается в эту практику. Правильный образ жизни тоже имеет место, поскольку мы не пытаемся заработать, вводя других в заблуждение, господин. Мы прикладываем все усилия к тому, чтобы удерживать внимание на точке сосредоточения, поэтому у нас правильное усилие. Поскольку мы сосредоточиваем наше внимание на дыхании, не давая ему отвлекаться, у нас правильное внимание, а когда внимание остается на точке, не отвлекаясь куда попало, мы достигаем правильного сосредоточения.

С: То есть вы думаете это подобно лодке или поезду?

У: Да, господин, как лодка или поезд, или телега, или машина, которые переносят человека к цели.

С: Не покидайте это транспортное средство, вы понимаете? Удерживайте ваше внимание прочно здесь, на месте сосредоточения, и никогда не оставляйте это место. Таким образом вы достигните цели.

Иногда вы можете стать нетерпеливым, путешествуя на поезде в Мандалай, и вы можете подумать: «Я хочу в Мандалай, но действительно ли этот поезд туда едет, или он направляется в Рангун?» Если такое случится, вы выйдете? Не делайте этого! Продолжайте ваше путешествие, и вы увидите, что вы в конце концов прибудете в Мандалай.

Если вы почувствуете, что сыты по горло и скучаете, не выходите из поезда. Если вы наслаждаетесь, не сходите. Если вы заболете, оставайтесь в поезде, а также оставайтесь, когда вы сильны и здоровы. Если вы в большой компании, оставайтесь. Если вы оказываетесь один, не выходите. Когда люди говорят неприятные вещи, продолжайте свое, и если они говорят уважительно, не покидайте поезд. Что бы вы сделали, если бы люди собирались ударить вас, поскольку вы им не нравитесь?

У: Господин, я думаю, я бы убежал.

С: Просто удерживайте ваше внимание на точке. Даже если разбойники ударят вас, они не смогут затронуть это осознание.

У: Это правда, господин, но я думаю, это осознание уйдет, если они ударят меня.

С: Не обязательно. Наш Бодхисатта ⁽¹⁾ в одной из своих жизней был королем обезьян ⁽²⁾.

(1) Бодхисатта («Тот, кто устремлен к пробуждению»), будущий Будда, индивидуум, вдохновленный Буддой, принимает обет работать для достижения Буддовости; «и с тех пор, из существования в существование Бодхисатта сохраняет энергии высшего порядка посредством практики десяти *парам* (Заслуг, продвигающих к Совершенству)». (У Ба Кин. *Что такое Буддизм*, 1954, Янгон, стр. 6)

(2) Дхатака номер 516 (Махакапи-джатака).

Однажды он увидел брахмана, который упал в пропасть в джунглях, брахман был беспомощен, и наверняка бы умер там. Этот брахман сокрушался о своей судьбе и плакал. «Ох, как я несчастен, я упал в пропасть глубиной сто ярдов. Я определенно здесь умру. Как мне не повезло, ох, ох, ох... Мои родственники и друзья, моя жена и дети не знают о моем несчастье. Здесь нет никого, кто мог бы помочь. Ох, ох!», — продолжал он плакать.

Ну а благородные существа всегда хотят благополучия для всех существ без исключения. А поскольку Бодхисатта – такое благородное существо, он, будучи в это время царем обезьян, пожалел брахмана подобно тому, как он чувствовал бы жалость к своим собственным детям. И он спустился в пропасть и предстал перед брахманом. «Не бойся, не отчаивайся, я не дам тебе умереть. Я отнесу тебя в то место, куда ты хочешь», — сказал он брахману, чтобы его успокоить и ободрить.

Но он еще не был готов взять его на свои плечи и вынести наверх из пропасти, поскольку опасался, что может упасть, и брахман может пораниться. Он взял большой камень

примерно того же веса, что и брахман, поставил его на одно плечо и попробовал его вынести из пропасти, прыгая с камня на камень. Только после того, как он справился с этой задачей, он осторожно взял брахмана, посадил его на плечи и стал подниматься наверх, прыгая с одного валуна на другой.

После этих огромных усилий царь обезьян очень устал. Он был очень счастлив, совершая это хорошее дело, но стал еще счастливее, когда все исполнил, то есть спас жизнь. Он был уверен, что брахман, которого он спас от верной смерти, заслуживал доверия, и он сказал: «Пока я поднимался с тобой на плечах, я устал. Побудь на страже какое-то время, чтобы я отдохнул». И он положил свою голову на колени брахману, полагая, что он хорошо защищен от всех опасностей джунглей. Но пока царь обезьян спал, брахман подумал: «Скоро я пойду домой, но у меня ничего нет, чтобы подарить жене и детям. Убью-ка я эту большую обезьяну и подарю им ее мясо». Он взял тот камень, который Бодхисатта вынес из ущелья, чтобы попрактиковаться, и нанес смертельный удар по голове Бодхисатте. Он не колебался, чувствуя сожаление к своему спасителю, а напротив, он сильно ударил его, чтобы убить с первого удара.

Когда Бодхисатта почувствовал боль от удара, он быстро вскочил на дерево и спросил себя, кто же атаковал его. Затем он увидел, что вокруг не было врагов, и что это сам брахман пытался убить его. И он подумал про себя: «Да, есть и такие люди в этом мире». Пока Бодхисатта это обдумывал, брахман снова начал причитать в плаче, восклицая, что он потерялся в огромных джунглях, и что он все равно погибнет. Но царь обезьян сказал ему с дерева: «Не тревожься, не бойся. Я обещал привести тебя домой и не нарушу обещания. Я приведу тебя домой. Я не могу теперь нести тебя на плечах, поскольку ты мне проломил череп, кровь течет на землю непрерывно. Просто следуй по кровавой дорожке, которую я буду для тебя делать с ветвей деревьев».

Так действовал Бодхисатта. Он брал все на себя, поскольку его целью было Универсальное Знание, Буддовость. Он работал над всеми десятью *парами*.

Отказался ли Бодхисатта от выполнения доброго поступка, который он решил совершить, опасаясь, что человек, который попытался лишить его жизни, возможно, снова захочет убить его? Бросил ли он его в джунглях?

У: Нет, господин, Бодхисатта вел брахмана домой с величайшей любящей добротой, чтобы совершенствовать свои *парами*.

С: Вы видите, если кто-то устремляется к всеведению Буддовости, он должен продолжать обретать совершенства, десять *парами* таким образом, не прерываясь ни на минуту, без отдыха. Иначе он не сможет достичь Буддовости. Вы понимаете? Он никогда не отдыхает, он не поддается вялости, он работает над десятью совершенствами все время.

Вы мне сказали только что, что вы бы не смогли удерживать свое осознание, если бы на вас напали разбойники и пытались убить вас?

У: Я бы не смог удерживать пока что, господин.

С: Но вы устремлены к пробуждению, не так ли?

У: Да, господин.

С: Если вы этого хотите, вы сможете это достичь. Если вы будете удерживать ваше внимание, как я учил, вы получите много ценного от этого, даже если люди вас ударят, посадят в тюрьму или уничтожат. Вы слышали историю о Тиссе Тхере⁽¹⁾ ?

(1) Путь очищения (Висуддимагга), гл. 1, 135.

У: Нет, господин, я не слышал.

С: Тисса Тхера получил Учение от Будды и, проникнувшись его ценностью, подумал: «Теперь я не могу продолжать жить этой роскошной жизнью», — и он отдал все, чем владел, своему младшему брату. Затем он стал монахом и отправился жить и медитировать в джунгли, взяв с собой лишь чашу для подаяния и три монашеские робы.

Но жена его брата подумала: «Как приятно обладать всеми богатствами старшего брата мужа. Если он останется монахом, все эти богатства будут у нас всю жизнь. Но он может не достичь пробуждения, и тогда он, возможно, вернется к мирской жизни. Лучше всего, если его убьют». И она заплатила разбойникам и сказала: «Идите и убейте Тисса Тхеру. Я вам дам еще денег, когда вы сделаете эту работу».

Тогда разбойники пошли в лес, где жил Тисса Тхера, и схватили его. Он сказал: «У меня нет ничего, но если вы хотите мою миску и мои монашеские робы, можете взять».

«Мы хотим лишь убить тебя, — сказали разбойники. — Жена твоего брата дала нам денег, чтобы мы тебя убили, и она нам даст еще, когда мы завершим дело. Поэтому мы должны убить тебя».

Тисса Тхера подумал: «Я еще не освободился от страданий», — и ему стало стыдно за себя. Он сказал разбойникам: «Да, да, вам нужно убить меня, но дайте мне, пожалуйста, время до рассвета, и лишь тогда покончите с моей жизнью».

Бандиты ответили: «Каждый боится смерти, и если этот монах убежит, мы не получим наши деньги».

«Вы не верите мне? - спросил Тисса Тхера. — Ну хорошо, я сделаю так, чтобы вы поверили». Он взял камень и сломал себе обе ноги. Затем он сказал: «Теперь я не смогу убежать, так что не убивайте меня, пожалуйста, до рассвета».

Хотя разбойники были очень грубыми людьми, благодаря любящей доброте Тисса Тхеры они почувствовали сострадание и решили дать ему дожить до рассвета.

Тисса Тхера увещевал себя: «Достопочтимый Тисса, осталось не так много времени, рассвет приближается. Прилагай усилия!» Он приложил огромные усилия, практикуя Учение Будды, и он работал со спокойным умом, и наступил рассвет. Когда вошло солнце, он осуществил свое устремление и достиг счастья. «Я достиг освобождения из

цикла рождения и смерти!», — обрадовался он. Тогда он разбудил разбойников и сказал: «День начался, солнце взошло!» И он был переполнен радостью. Итак, был ли Тисса Тхера настоящим учеником Будды, Арахатом?

У: Да, господин, был.

С: Кто быстрее будет продвигаться, как вы думаете, тот, кто медитирует со сломанными ногами, или тот, кто медитирует так же, как вы?

У: Господин, я бы предпочел медитировать, не ломая себе ноги.

С: Тисса Тхера сделал это до рассвета со сломанными ногами. А вы сможете сделать это до рассвета?

У: Не думаю, что смогу это сделать до рассвета, господин. Это займет больше времени. Мы займемся этим неспеша. Если нам не нужно ломать ноги, то усилие будет меньше, поэтому прогресс пойдет медленнее.

С: В таком случае вы не так уж жаждете побыстрее достичь вашей цели?

У: Господин, нам нравится продвигаться потихоньку.

С: Ну хорошо, может быть, вам следует сломать ноги и тогда медитировать.

У: У меня не хватит смелости так поступить, господин. Я говорю, что устремлен к Ниббане, но в уме я все еще побаиваюсь. У меня нет силы принять то, чтобы меня убили, а перед тем сломать себе ноги.

С: В таком случае работайте так же, но не ломая ноги.

У: Мы будем работать усердно, как вы нас учили, господин. Мы уподобимся Висакхе ⁽¹⁾ и Анатхапиндике ⁽²⁾, господин. В писаниях сказано, что они наслаждаются жизнью на планах Дэвов сейчас ⁽³⁾, и мы бы хотели так же наслаждаться, господин.

(1) Висакха – женщина, ученица Будды.

(2) Анатхапиндика был выдающимся миньянином, учеником Будды. Историю о нем Достопочтимый Вебу Саядо дает здесь, см. *Книга Дисциплины*, в. 216-223.

(3) См. *Сумагалавиласини*, III, 740.

С: Они наслаждаются хорошей жизнью после того, как достигли многого. А вы еще не достигли этой стадии, не так ли? Вы действительно делаете то, что они делали? Анатхапиндика пошел в Раджагаху по делам, будучи банкиром. Только попав туда, он узнал, что в мире появился Будда. Он не для того пришел в Раджагаху, чтобы медитировать или выразить почтение Будде. Но когда он услышал о Будде, он пошел к нему немедленно, прямо посреди ночи. Ему пришлось покинуть стены города, чтобы пойти туда, где находился Будда. Когда он постоял перед Буддой, он достиг того, к чему устремлялся. Если кто-то все бросает и спешит к Будде посреди ночи, то каковы его

усилия — маленькие или большие? Как вы думаете, когда он шел к Будде, переставал ли он о нем думать по пути?

У: Нет, господин, не переставал.

С: А теперь скажите мне о себе.

У: Мы теряем осознание объекта, когда идем куда-то, или когда мы думаем, и тому подобное, господин.

С: Если вы хотите стать как Анатхапиндика, вы должны стараться так, как он старался.

У: Анатхапиндике пришлось идти через кладбище (1), когда он шел к Будде, господин. Мы это тоже могли бы сделать.

С: В писании сказано, что Анатхапиндика начал свою медитацию в начале ночи и достиг реализации (*Соттапатти-маггапхала*)⁽²⁾, когда рассвело. Но если вы не получите реализацию на рассвете, ничего страшного. Будет хорошо, если вы достигнете этого, когда солнце уже взойдет, и будет день. Скажите, вы будете так работать, чтобы достичь цели завтра?

(1) Кладбища, по поверию, наводняют духи, чудовища и другие низшие существа. Чтобы пройти через кладбище, нужно либо быть очень смелым в мирском смысле, либо нужно, чтобы ум был развит в мастерстве сосредоточения и, если возможно, в инсайте (прозрении, *панья*). Считается, что люди с высокой моральностью и развитым умом, защищены от вредных воздействий низших существ. Есть медитация, которую практикуют на кладбище, чтобы осознать непостоянство посредством наблюдения распада трупов. Человек, практикующий такую медитацию, вызывает в Бирме восхищение и уважение.

(2) “Плод Пути входа в Поток”, первая из четырех ступеней Ниббаны (см. стр. 16).

У: Господин, мы также должны пройти через кладбище, чтобы прийти в ваш монастырь, и, таким образом, мы уподобляемся Анатхапиндике.

С: Позволял ли он непрерывности осознания прерываться?

У: Нет, не позволял, господин, но мы делаем то, что и он, лишь в том, что касается пути (через кладбище, — прим. переводчика).

С: Если вы действительно хотите стать как Анатхапиндика, вы должны работать. Если вы работаете, вы можете осуществить ваше устремление. Если вы не работаете, вы ничего не достигните. Разве вы не можете сосредоточиться на том месте, где воздух касается?

У: Мы это можем, господин.

С: Чтобы стать как Анатхапиндика, вы должны практиковать это, как я вас учил. Вы мне скажете завтра, что достигли вашей цели?

У: Я вам скажу, что я не достиг ее еще, господин.

С: Вы знаете, как много сделал Анатхапиндика после того, как достиг первой стадии пробуждения? Он подумал: «Это несравненно! Мой царь, мой народ, мои родственники,

мои сыновья и дочери, мои односельчане и сограждане — все они еще не слышали, что появился Будда. Я хочу, чтобы они испытали такое же блаженство, что испытал я. А как же это осуществить? Я должен пригласить Будду, чтобы он некоторое время оставался в моем городе, Саватхи, и все смогут прийти и увидеть его. Будда из величайшего сострадания обучит их, и в конце, после обучения, человеческие существа, а также и боги достигнут блаженства, которого достиг я».

Анатхапиндика понял высшую истину, и он знал причину, почему он ее понял. Он пригласил Будду для того, чтобы помочь другим также ее понять. Он построил дома, где можно отдохнуть каждые 10 миль по пути из Раджагахи в его родной город. В Саватхи он построил монастырь Джетавана для Будды и организовал таким образом, что для всех было место. Он обеспечил все необходимое, подаяния для всех — от нищих до царя. Благодаря всем приготовлениям, организованным Анатхапиндикой, люди которые встретили Будду на пути в Саватхи, тоже обрели пользу. Во время путешествия Будды множество людей, Дэвов и Брахм достигли того, к чему были устремлены. Сколько было тех, кто получил от всего этого благо?

У: Мы не знаем, господин.

С: Сколько человеческих существ, сколько существ, обитающих на высших планах, достигли тогда Ниббаны?

У: Огромное количество, господин.

С: Сколько существ осуществили свое устремление в одно моргание глаза? Это было 180 миллионов Брахм и одна асанкхья ⁽¹⁾ Дэвов. Сколько существ достигли просветления на протяжении последующего времени?

(1) Одна асанкхья равна 1 со 140 нолями.

У: Это должно быть неисчислимое количество.

С: Анатхапиндика продолжал поддерживать Учение Будды, и благодаря его усилиям многие достигли бессмертия. Понимая это, вы должны прилагать большие усилия, чтобы достичь вашей цели завтра. Вы это сделаете?

У: Не думаю, что я так развит, господин. Я не думаю, что способен достичь этого до завтра.

С: Вы голодны, и ваша жена предлагает вам еду, вы все-таки не станете есть?

У: Когда дело дойдет до еды, я устремлюсь к столу, прокладывая путь к нему, господин.

С: Вы едите потому, что не хотите есть, или потому, что хотите есть?

У: Потому что хочу есть, господин.

С: На сколько времени вы утоляете голод, когда поедите?

У: Примерно на полдня, господин.

С: Как долго будет утолен ваш голод, если вы отведаете то, что отведал Анатхапиндика?

У: До конца цикла рождения и смерти, господин.

С: Скажите мне, что для вас лучше? Еда, которую предлагает ваша жена, и которая вас удовлетворит на полдня, или то, что предлагает Будда, что оставит вас удовлетворенным до конца цикла перерождений?

У: Я должен ответить, что то, что Будда предлагает, — это самое лучшее для меня, господин.

С: Вы едите то, что предлагает жена. А что вы делаете затем с едой, что предлагает Будда?

У: Я не уверен в этом, господин. Вот почему я не считаю правильным то, как я поступаю, господин.

С: Хорошо, хорошо, прилагайте усилия. Вы прилагаете столько усилий во все то, что делаете, потому что не наблюдаете ум и материю правильным образом. Но вы испытываете уважение к Будде. Решив медитировать, медитируйте. Когда медитируете, вы можете обнаружить, что ваши конечности все больше болят и немеют. Не думайте при этом: «Зачем мне вся эта боль? Это опасно?» Но принимайте с решительностью: «Пусть это будет опасным! Если я должен умереть, так и будет. Я и в прошлом умирал». Сколько раз вы умирали, как вы думаете?

У: Несчетное количество раз, господин.

С: Скажите, а вы умирали когда-нибудь в то время, когда вы медитировали?

У: Нет, господин. Я умирал, лишь будучи в “неумелых состояниях”. Поэтому я все еще так взволнован.

С: То есть если мы должны умереть, как нам на это смотреть? «Я еще не умирал, когда медитирую. Я не буду ожидать рассвета. Пусть я даже умру прямо сейчас, чтобы получить опыт умирания в медитации». Вы должны думать таким образом. Если вы умрете, когда медитируете, вы станете несчастным?

У: Нет, господин.

С: Если вы проживете жизнь в лени и вялости, вы станете счастливым?

У: Нет, господин. Я буду блуждать в циклах рождения и смерти, *самсаре*, господин.

С: «Я никогда, во всей *самсаре*, не испытывал онемения и боли в конечностях из-за медитации. Хорошо, если я испытаю эти неприятности сейчас». Так вам следует смотреть на вашу боль. Даже если ваши конечности болят, не прекращайте. Знайте, что мудрецы прошлого проходили тот же путь. Вам следует работать. Если вы только будете говорить о приложении усилий, вы ничего не достигнете. Только если вы медитируете, вы придете к

пониманию. А теперь вы, наверное, думаете: «Мы хотим медитировать, а этот уважаемый монах так долго говорит». Поэтому теперь сосредоточьте ваш ум, как учил Будда, и медитируйте, прилагая усилия со всей настойчивостью.

Дискурс VI

Работать без колебаний!

Вебу Саядо: Вы приняли предписания. Теперь, когда вы взялись за практику совершенствования моральности, выполняйте ее.

То, что вы осознаете, когда проникните в Четыре Благородные Истины, называется *бодхи*. Вы родились в хорошее время в хорошей форме существования. Поэтому действуйте подобно мудрым ученикам Будды и прилагайте усилия с такой же решимостью, как они, чтобы вы могли достичь пробуждения, к которому вы устремились. Те, кто получил Учение от самого Будды, работали

постоянно во всех четырех позах ⁽¹⁾ и таким образом достигли просветления.

(1) Четыре позы тела: сидя, стоя, лежа и во время ходьбы. Когда упоминают позы тела, то имеют в виду именно эти четыре позы.

Человеческие существа, Дэвы и Брахмы, которые достигали своего устремления ⁽²⁾ очень быстро, столь многочисленны, что их количество превышает сотни, тысячи, сотни тысяч или миллионы.

(2) То есть устремления к Пробуждению, Ниббане.

Иногда в течение доли секунды неисчислимое количество существ достигали своего устремления. С того момента, как Будда достиг полного пробуждения, живые существа могут достигать Ниббаны. Но живые существа могут достигать Ниббаны не только в течение жизни Будды; Ниббану можно достичь, пока доступно Учение Будды.

Достижение Ниббаны — не просто блаженство на короткий промежуток времени. Оно имеет эффект продолжения в круговороте жизни и смерти (*самсаре*). То, чему учил Будда, — это путь освобождения от страданий. Вам не нужно знать великое множество всего. Если вы практикуете одну технику должным образом, с настойчивым и непреклонным усилием, вы сами узнаете, что вы люди необычайной силы. Вам не нужно будет спрашивать других об Учении, и вам не нужно будет даже говорить другим, что вы практикуете.

Когда вы устанавливаете усилие, вы знаете не только то, что говорили вам хорошие учителя, но вы будете четко знать, как фактор *вирья-иддхипада* возникает в долю секунды.

У вас хорошие качества, вы способны следовать хорошему совету Будды подобно тому, как это делали его ученики в прошлом.

Когда мои усилия возрастают, то возрастает и фактор *вирья-иддхипада*. И что же тогда происходит? Я буду думать: «При таких-то усилиях фактор *вирья-иддхипада* увеличился на столько-то. Но моя энергия все еще не исчерпана. Есть еще. Я увеличу усилия еще больше». И волевое желание увеличить усилие возрастет. В тот же момент увеличится и усилие. Когда возрастет усилие, фактор *вирья-иддхипада* станет еще сильнее. А когда эти факторы возрастают до очень высокого уровня, все ваши устремления могут осуществиться.

Не переходите к отдыху. Не делайте перерывов или пауз. Работайте постоянно. Если вы развиваетесь непрерывно, то становитесь все счастливее и счастливее. Таким образом ученики Будды становились все более счастливыми, никогда не полагая, что счастья достаточно. Вы понимаете?

Если царь правит страной, он будет говорить самодовольно: «Этой страны мне достаточно»?

Ученик: Нет, господин, он не будет удовлетворен.

С: А если он правит целым континентом и стал императором, тогда уже он удовлетворен?

У: Нет, господин, не удовлетворен.

С: Если он не удовлетворен, что он тогда делает?

У: Он попытается приобрести все больше и больше территорий, господин.

С: Когда человек становится правителем континента, он желает править всем миром. Когда он правит всем миром, он хочет стать Всемирным Монархом ⁽¹⁾. Когда он станет Всемирным Монархом, скажет ли он: «Этого хватит», и будет ли он удовлетворен?

(1) Всемирный Монарх правит планетой праведно. Под управлением Всемирного Монарха человеческие существа обретают благополучие и безопасность (см. *Дигха-никая*, III, 81).

У: Нет, господин, он не будет удовлетворен.

С: Все, кто совершенен в вере, и совершает высшую форму щедрости, и проявляет величайшую форму уважения, не могут этим удовлетвориться. Они будут практиковать медитацию и постепенно достигнут степеней пробуждения (*саммапатти*). Когда они способны войти в состояния Ниббаны, только это счастье для них имеет значение.

Ниббана — высшая и самая благородная форма счастья из всех, что есть. Человек никогда не может в достаточной мере испытать высшую и самую благородную форму счастья. И не только прямые ученики Будды могли этого достичь; если вы будете прилагать непрерывное усилие подобно тому, как это делали мудрецы прошлого, вы тоже сможете испытать высшее счастье даже в наши дни. Вы будете знать: «Я испытал счастье, которое длится не только один момент, и не только на протяжении жизни, но во всем цикле рождения и смерти. И почему я достиг такого счастья? Потому что я рожден в правильной форме существования, потому что я прилагал большие усилия».

Во все времена, когда человеческие существа, Дэвы или Брахмы принимали и практиковали Учение, им сопутствовал успех. В этом контексте «во все времена» означает, что когда бы мы ни начали практиковать, мы обретем понимание. Промежуток времени, когда доступно учение Будды, очень важный и особенный: если вы хотите достичь Ниббаны, вы можете это сделать в любое время; сейчас это легко.

Не говорите: «Это не мое. Это мне не подходит. Мне это ничего не даст». У вас есть благородные устремления, и вы можете их осуществить сейчас. Поэтому если вы себе скажете: «Я начинаю практиковать прямо сейчас», вы не думаете, что вы обретете настоящее понимание? Вы можете его обрести, практикуя в группе или практикуя самостоятельно. Ищите это для себя. Выберите одну из техник, которым учил Будда, и практикуйте ее с однонаправленностью, прилагая все усилия. Установите осознание вдоха и выдоха и места, где воздух касается, когда вы вдыхаете и выдыхаете.

Когда вы таким образом осознаете точку, могут ли еще оставаться беспокойство, опасения и страх? Могут ли иметь место жадность, отвращение и неведение ⁽¹⁾?

А когда вы сосредотачиваете ум таким образом, вы почитаете Учение, не так ли?

(1) Жадность (*лобха*), Отвращение (*доса*) и Заблуждение или неведение (*моха*) – это три корня, ключевые причины всех страданий. *Лобха* включает все степени жадности, желания, хотения, страсти и т.п. *Доса* включает все степени отвращения: от легкого отвращения до интенсивной ненависти. Страх – также часть *досы*, поскольку он включает в себя отвращение от вещей, которых мы боимся. *Моха* означает заблуждение относительно природы физических и ментальных состояний. Когда человек устраняет *моху*, он распознает, что все состояния тела и ума неудовлетворительны, непостоянны и лишены сущности (самости), или души.

У: Да, господин.

С: Вы поймете, что степень, до которой вы можете освободиться от страдания, зависит от того, сколько усилий вы прикладываете, и как сильно фактор *вирия-иддхипада* возникает из наших усилий.

У: Мы понимаем, господин.

С: Уже больше не будет места для сомнений, потому что вы теперь сами практиковали технику и испытали ее на себе, и поэтому вы ее знаете. Вы будете думать: «Даже через столь короткое время я смог выйти из страдания немедленно в такой степени, но мои силы еще не исчерпаны». И воля приложить еще больше сил возникает, и вы становитесь счастливы тем счастьем, от которого вы никогда не устанете. Теперь скажите мне. В мире есть такое понятие, как Всемирный Монарх, не так ли?

У: Да, господин, есть.

С: Когда наступает правильное время для того, чтобы появился Всемирный Монарх, разве этого никто не заметит?

У: Мы не знаем, господин.

С: Примерно за сто лет до того, как появится Всемирный Монарх, приходят хорошие новости и возникает всеобщее возбуждение. Затем все возлагают свои надежды и ожидания на Всемирного Монарха. Они счастливы, и, когда он рождается, все радуются.

Каковы обстоятельства, необходимые для прихода Всемирного Монарха?

У: Только когда «Драгоценность Колеса» ⁽¹⁾ появляется, господин, кто-то становится Всемирным Монархом.

(1) Колесо Всемирного Монарха возникает, когда он выполнил все условия, необходимые для этого (см. *Дигха-никая*, III, 81).

С: Да, прежде чем Драгоценность Колеса возникнет, его называют эмбрионом Всемирного Монарха, но даже тогда его власть, богатство и сила значительны. Может ли он сказать: «Пусть Драгоценность Колеса не возникает. То, что я получил, уже достаточно для меня»?

У: Нет, господин, не может.

С: А почему нет?

Д: Потому что он хочет стать еще более великим благодаря появлению Драгоценности Колеса.

С: Итак, когда появится Драгоценность Колеса?

У: Это произойдет в правильное время, господин.

С: Драгоценность Колеса возникает благодаря заслугам, которые накопил эмбрион Всемирного Монарха. Но тем не менее у него есть обязанности, и поняв эти обязанности, принимая их во внимание, он должен их исполнить.

А теперь, скажем, возник эмбрион Всемирного Монарха. Его заслуги созрели, но он не выполняет свои обязанности, которые составляют окончательную причину для того, чтобы стать Всемирным Монархом. Возникнет ли Драгоценность Колеса сама по себе?

У: Нет, господин, она не возникнет сама, я полагаю. Он должен будет дальше совершенствоваться.

С: Предположим, эмбрион Всемирного Монарха ожидает возникновения Драгоценности Колеса, чтобы править всем миром. При этом необходимо продолжать практиковать. Нужно поддерживать *силу*. Можно ли при этом сказать: «Ладно, мне больше не нужна Драгоценность Колеса. Я вполне удовлетворен богатством и роскошью, которых я достиг»?

У: Нет, господин.

С: Вы не можете отказаться в этот момент, поскольку, если вы становитесь Всемирным Монархом, вы можете править согласно Дхамме так, чтобы весь мир был счастлив. Как вы

думаете, люди из ваших провинций скажут вам: «О, эмбрион Всемирного Монарха, тебе достаточно власти»?

У: Нет, господин, определенно, нет.

С: Ну а что скажут люди?

У: «Работай усердно и выполняй свои обязанности», — скажут они, господин.

С: А почему так?

У: Потому что они хотят, чтобы возникла Драгоценность Колеса, господин.

С: Да, вы видите, в силу могущества Колеса Всемирного Монарха все испытают различные виды счастья. Но когда кто-то стал Всемирным Монархом, сам этот факт принесет ли ему результаты до конца цикла рождения и смерти? Как долго он может быть Всемирным Монархом?

У: Только пока Драгоценность Колеса еще здесь, господин.

С: Да, даже Всемирный Монарх может быть на троне в лучшем случае лишь до конца его жизни. Но сейчас доступны Учения Будды. Если все хорошие существа возьмутся практиковать Учение Будды, они смогут достичь пробуждения, к которому они устремились в прошлом. Но это подобно тому, как с эмбрионом Всемирного Монарха: он не станет Всемирным Монархом, лишь наслаждаясь царской роскошью, которая ему уже досталась; он станет мировым правителем только тогда, когда будет выполнять свои обязанности и соблюдать дисциплину, необходимые для обретения Драгоценности Колеса.

Итак, когда приблизительно вы хотите достичь Ниббаны?

У: Очень скоро, господин.

С: Что это означает?

У: Сейчас, немедленно, господин.

С: То есть вы собираетесь достичь ее прямо сейчас?

У: Если это возможно, господин.

С: Хорошо, в тот момент, когда вы ее примете, вы ее достигнете.

У: Ее можно достичь, лишь когда накоплены десять совершенств (*парами*), господин.

С: Вы все еще не понимаете. Мы сейчас говорили об эмбрионе Всемирного Монарха. Он достиг того момента благодаря обретению десяти *парами*. Осуществление *парами* означает, что он может стать Всемирным Монархом наверняка. Но когда он станет Всемирным Монархом? Когда он выполнит практики и обязанности, которые послужат причиной для возникновения Драгоценности Колеса. То есть если он совершит их,

Драгоценность возникнет. Поэтому не говорите мне, что вы хотите Ниббану. Если вы будете практиковать сейчас, вы осуществите ее сейчас. Вы займетесь практикой? Но тогда не поднимайтесь спустя какое-то время и не убегайте.

Если вы хотите стать верховными правителями, что вам нужно делать? Вам нужно овладеть всеми искусствами, которые необходимы для совершенного принца или принцессы. А что вы думаете, вы должны освоить как сыновья и дочери Будды?

У: Мы должны овладеть *силой, самади и паньей*, господин.

С: Что вам нужно делать, чтобы стать царем? Вы должны изучить и практиковать восемнадцать искусств, которыми должен владеть царь. Вы должны изучить военных слонов, стратегию, как побеждать врагов и так далее. Когда вы выучили все это, что вы будете делать, когда встретите врагов?

У: Мы атакуем их, господин.

С: Есть враги, которые мешают нашему прогрессу в направлении Ниббаны, и если мы хотим ее достичь, нам нужно победить их. Вы победите их, вооружившись оружием?

У: Да, господин.

С: Вам нужно сидеть долгое время. Когда начнется битва, вам нужно сражаться по-настоящему. Когда вы расположили ваши войска на поле боя, вам нужно действовать. Только если вы победите, вы станете царем.

У: Мы будем сражаться, господин.

С: Хорошо, действуйте. Не поднимайтесь и не убегайте, даже если кажется, что время тянется долго. Если вы будете хорошо сражаться, вы станете полновластным царем.

Во времена Будды люди получали Учение от самого Будды. Будда просто учил, как побеждать все формы неведения. Как вы думаете, все, кто слушал его слова, а затем практиковал соответственно, смогли отвергнуть неведение? Они действительно отвергли все формы неведения, и поэтому они победили. Они достигли высшего счастья. Укрепите себя в усилиях, и все ваши устремления будут осуществлены. Вы хорошо вооружены для того, чтобы сражаться, не так ли?

У: Да, господин.

С: И вы будете сражаться, не так ли? Ваши враги будут атаковать часто и в полную силу. Праздность, апатия и лень – это друзья или враги? Что вы будете делать, когда они придут? Уже прошло немало времени с тех пор, как вы сражались?

У: Немало, господин.

С: Скажите мне, каким оружием вы будете сражаться, и как вы должны это делать?

У: Мы должны сражаться один час каждый день, господин?

С: Только час в день?

У: Мы не можем даже с этим справиться, господин.

С: Смотрите сюда! Это от того, что оружие «слабое» или бойцы «слабые»?

У: Мы слабы, господин.

С: А принцы и принцессы, которые хотят стать правителями, они тоже слабые?

У: Нет, господин. Они не могут быть такими, потому что слабых принцев побеждают.

С: Ну а те принцы, что здесь, — это люди сильные и стойкие, или они слабые?

У: Мы слабые, господин.

С: Как сыновья и дочери Будды, вы хотите стать властелинами Ниббаны, или вы хотите оставаться принцами и принцессами?

У: Мы хотим стать правителями, господин.

С: Оружие, которое у вас есть, хорошее, поэтому атакуйте. Но только если вы будете держать оружие правильно, враг будет бояться вас. Я думаю, вы не держите оружие так, как следует.

У: Мы атакуем, господин, но у нас слабо получается. Из сострадания дайте нам мощное оружие, господин.

С: Я могу лишь дать вам оружие. Это оружие ничего не будет делать; лишь если вы возьмете это оружие и будете его использовать, оно поможет вам победить. Оружие не слабое, и у вас не только оно одно. У вас целый склад оружия. Если бы я стал его перечислять, то получился бы длинный список.

У: Господин, мы терпим неудачу, поскольку у нас так много оружия.

С: Нет, потому что вы не сражаетесь. Вам следует сражаться. Разве вы не хотите стать могущественными царями? Вы хотите оставаться принцами и принцессами?

У: Мы очень стараемся, господин, но у нас никак не получается.

С: Да, да, но оружие в порядке. У вас не получается, потому что вы не сражаетесь. Вы говорите подобно большинству людей. Вы медитируете, вы прилагаете усилия, но несмотря на это, вы говорите, словно не было никаких усилий. В вас столько энергии, но вы ее не используете. У вас есть энергия. Если вы приложите всю свою энергию, вы наверняка станете настоящими сынами и дочерьми Будды, вы станете царями, достигнув Ниббаны. Сыновья и дочери Будды способны воспринять инструкции, приложить усилия и следовать учению Будды. Все, кто практикует Учение, будь то люди, Дэвы или Брахмы, могут осуществить свои устремления к достижению Ниббаны. Даже если вы будете удерживать осознание вдоха и выдоха в течение лишь одного дня, вы поймете многое.

Вы можете сказать, что вы медитируете так много лет, но удавалось ли вам когда-либо удерживать ваше внимание в течение одного дня?

У: Нет, господин.

С: Под одним днем я подразумеваю день и ночь, двадцать четыре часа. Сделайте это сейчас: практикуйте Учение Будды в течение целого дня и ночи. Если вы сделаете это однажды, вы все сможете осознать ценность одного единственного дня. Некоторые из вас, возможно, практиковали двадцать или тридцать лет, а некоторые еще дольше. Но просто проверьте себя. Смогли ли вы установить совершенное усилие, выполняя практику один единственный день? Было такое?

У: Нет, господин. Не было.

С: А почему вы никогда не посвящали практике один день полностью? У вас же есть необходимая энергия, не так ли?

У: Да, господин.

С: Вы не используете энергию, которая у вас есть, правильным образом. Вы ее расходуете без цели. Вы же ходите на шоу и развлечения?

У: Да, господин. Мы смотрим пве (1) всю ночь до рассвета, не ложась спать.

(1) Пве – традиционный бирманский театр. Он включает в себя традиционные игровые элементы, такие как драма, клоунада, музыка, танцы и т.п. Представление обычно продолжается все ночь до рассвета, и люди едят и наслаждаются. Шоу посещают всей семьей в деревнях на свежем воздухе или в современной Бирме в городских холлах. Театральные труппы гастроллируют по Бирме в течение сухого сезона.

С: Сколько ночей подряд вы это делаете?

У: Бывает две или три, господин.

С: Сколько шоу всего вы посмотрели?

У: Я не могу вспомнить, господин.

С: Вы видите, у вас столько энергии. И днем и ночью. Здесь ваши усилия так велики. А скажите, сколько раз вы соблюдали предписания Упосатхи?

У: Много раз, господин.

С: Я имею в виду, сколько дней вы соблюдали восемь предписаний, и днем и ночью?

У: Мы соблюдаем их с детства, господин.

С: Сколько дней всего? Когда я говорю день, я подразумеваю день и ночь, двадцать четыре часа. У вас получается соблюдать Упосатху полный день, если посмотреть с этой точки зрения?

У: Нет, господин, не получается. Мы соблюдали предписания примерно по полдню, господин.

С: Вы исполняли их с максимальной тщательностью эти полдня?

У: Мы не можем это сделать, господин. Мы начали этим утром, господин, и будем поддерживать его до завтра.

С: У вас действительно есть воля работать, но вы не используете ее для этой благородной цели, скорее вы склонны смотреть *влево*. Если вы умрете, когда смотрите *влево*, куда вы попадете?

У: В низшие миры, господин.

С: Вы этого хотите?

У: Нет, господин.

С: Даже если вы этого не хотите, оно имеет огромную власть над вами, не так ли? Если бы вы действительно соблюдали Упосатхи день, прилагая все усилия в течение всего дня, разве вы бы не смогли осуществить ваши устремления? Если вы будете продолжать практику в день Упосатхи, вы поймете, вы придете к пониманию чего-то.

Настоящие ученики Будды принимают *сиилу* в дни Упосатхи, а затем они тотчас берут объект, сосредотачивают на нем внимание и прочно его удерживают на нем. Если внимание так прочно фиксировано на объекте, сможет ли вялость, апатия или лень вас беспокоить?

У: Нет, господин, не смогут.

С: Если внимание прочно установлено на вдохе и выдохе и точке контакта, слышим ли мы при этом разговоры других людей?

У: Нет, господин.

С: А что если кто-то говорит очень громко?

У: Это не отвлекает нас, господин.

С: Нет ни страстного желания, ни отвращения, ни неведения. Если наши умы таким образом очищаются от жадности, отвращения и неведения, будет ли иметь место одиночество, депрессия и лень?

У: Нет, господин.

С: Будет ли нам не хватать компании?

У: Нет, господин.

С: Хотим ли мы все еще знать, что говорят другие?

У: Нет, господин.

С: А если кто-то придет и пригласит нас куда-то, взволнует ли это нас?

У: Нет, господин.

С: Мы не будем ревностно охранять то, что мы получили. Хорошие люди не такие. Мы делимся с теми, с кем мы живем. «Пусть у них тоже будет то, что у меня». И так, что случится, если вы все установите решительное усилие от восхода до заката без каких-либо перерывов. Это длительный промежуток времени — от восхода до заката. Но будете ли вы чувствовать, что он долгий?

У: Нет, господин.

С: Вы будете думать: «Сегодня время прошло так быстро! Мы соблюдали Упосатху, и время просто пролетело! Я даже не знаю, почему день оказался таким коротким». А после заката вы снова установите осознание объекта, и затем наступит новый день, а вы все еще будете продолжать осознавать место под носом над верхней губой до тех пор, пока не рассветет. Без перерыва. И вы удивитесь: «Как быстро прошла эта ночь? Уже снова день!» Вот так практиковали в дни Упосатхи. Когда прямые ученики Будды брались практиковать целый день, они практиковали двадцать четыре часа. А когда наступал день, они все еще были не удовлетворены и говорили: «В длинном цикле рождения и смерти мы занимались всем, чем угодно, но только не практиковали». И они продолжали свою работу без колебаний. У вас бывают такие дни?

У: Наши дни содержат разные перерывы, господин.

С: Если кто-то соблюдает Упосатху, а его ум блуждает туда-сюда – просто кто-то, я не имею в виду вас, — пусть он в пагоде или под священным деревом Бодхи, и, скажем, он в этот момент умирает. Что случится с этим мирянином?

У: Он попадет в низшие миры, господин.

С: Сколько же есть нижних планов?

У: Есть четыре нижних плана, господин.

С: Каковы они?

У: Ад, мир животных, план голодных духов и мир демонов.

С: Ну а кто хочет попасть в ад или мир животных?

У: Я не хочу, господин.

С: А как насчет мира духов или мира демонов?

У: Я не хочу туда попасть, господин.

С: Если вы примите *сиилу*, а затем не станете прочно устанавливать ваш ум на Учениях Будды, будет ли это искусным (1) или нет?

У: Это не искусно, господин.

С: Если кто-то соблюдает дни Упосатхи, не удерживая свой ум сосредоточенным, где он будет рожден, когда умрет?

У: В нижних планах существования, господин.

С: Вы уверены?

У: Да, господин, я уверен.

С: Если я говорю о ком-то, кто не удерживает свой ум на объекте, я не говорю о вас; я говорю об этом (придуманном) мирянине.

У: Господин, из сострадания покажите нам хороший путь ухода от низших миров.

(1) Искусный (*кусала*), неискусный (*акусала*); в Буддизме нет «греха», определяемого высшим существом. Все, что ведет к Ниббане, – *кусала* (искусно), все, что препятствует достижению Ниббаны, – *акусала* (неискусно).

С: Вы помните, как сосредотачивать ум, как учил Будда?

У: Да, господин, я помню.

С: Тогда давайте удерживать ум на точке. Как вы думаете?

У: Да, господин.

С: Но, конечно, сейчас вы не можете делать это целый день. Но если вы будете практиковать пока светло, вы поработаете полдня. Что вы думаете?

У: Мы будем удерживать ум на месте сосредоточения, господин.

С: Какие еще у вас есть дела сегодня вечером?

У: Нет ничего вечером, господин.

С: Вы уже ели, то есть вам не нужно уже готовить, и у вас нет ничего, что нужно делать. Очень хорошо. Вы останетесь здесь теперь, раз вы решили соблюдать дни Упосатхи? Вы не захотите уйти?

У: Мы будем стараться как можем, господин.

С: Если вы говорите: «Мы будем стараться как можем», не будет ли каких-то помех? Никакие враги вас не атакуют? Только если вы действительно полны решимости, враги испугаются. Если вы тверды, они побегут. Вы слышали о Маха-Кассапе, не так ли?

У: Да, господин, мы слышали о нем.

С: Он встретил Будду и затем практиковал то, чему учил Будда, чтобы освободиться от страдания. Есть четыре позы тела: сидя, стоя, при ходьбе и лежа. Какие из них способствуют тому, чтобы враг пришел? Лень и вялость охватывают нас, когда мы ложимся, они приходят и остаются, не так ли? Если мы уступим лени и вялости, сможем ли мы развить моральность, сосредоточение и мудрость?

У: Нет, господин, мы не сможем.

С: Лениность и апатия – наши враги. Поэтому Маха-Кассапа отказался от этих поз, в которых враг атакует, и выбрал оставшиеся три позы, в которых враг не может находиться долгое время.

Есть тринадцать аскетических практик, и Маха-Кассапа практиковал все тринадцать. Только те ученики Будды, что обладали сильнейшей решимостью, практиковали практику сидения, то есть они не ложились двадцать четыре часа в сутки. Если мы принимаем практику сидения с сильнейшей решимостью не спать, эти вялость и лень не смогут одолеть нас. Поэтому эти благородные ученики Будды не ложились и не спали, они жили долго и были очень здоровы.

На войне вы сражаетесь?

У: Да, господин, сражаемся.

С: Сейчас вы собираетесь начать вашу медитацию. Какие приготовления вы собираетесь сделать?

У: Мы должны расстелить наши маты (1).

(1) В деревнях Бирмы люди спали на матах на полу. Расстелить мат означает приготовиться прилечь.

С: Если вы расстелите ваш мат прежде, чем начнете вашу медитацию, скоро кое-кто придет. Кто это будет, как вы думаете? Как вы думаете, не придут ли к вам лень и сонливость?

У: Если они придут, господин, я лягу и засну.

С: Что вы им скажете?

У: Я ничего им не скажу, господин.

С: Вы скажете: «Ха, вот вы и пришли; я уже давно расстелил свой мат». И что вы будете тогда делать? Вы ляжете на спину и заснете. Если вы так поступите, вы сможете осуществить ваше устремление к Ниббанае?

У: Нет, господин.

С: Если вы практикуете, не засыпая, вы устанавливаете полное усилие и всегда удерживаете ваше внимание крепко сосредоточенным на объекте, и днем и ночью. Если

вы так практикуете, ваша моральность, сосредоточение и ваш инсайт, мудрость будут становиться все сильнее и сильнее. Они будут постоянно развиваться, каждый момент.

Если вы будете смотреть представление *лве* всю ночь, вы почувствуете усталость утром. Но если вы будете практиковать всю ночь Учение Будды, вы испытаете счастье и радость, у которых нет ограничений, и вы не будете чувствовать сонливость. Вы понимаете? ... Будда учил таким образом; это не мое учение. Если вы будете следовать Учению Будды и не остановитесь, пока не поймете полностью, вы действительно будете знать.

Если люди говорят вам: «Эта тень прохладна», не верьте им просто так, а попробуйте сами. Если вы просто будете повторять: «Она прохладная, она прохладная», потому что другие говорят так, вы в действительности не будете знать о ее прохладе, вы просто будете говорить об этом. Если кто-то лишь болтает, он не показывает своего понимания. Но если кто-то говорит, исходя из опыта, разве он не покажет при этом своего глубокого понимания, излучая счастье и любовь?

Поэтому будьте внимательны и практикуйте. Если вы будете практиковать, вы достигните своей цели. Не только сотни, не тысячи, не сотни тысяч, а все, кто будет следовать Учению, овладеют им. Когда вы начинаете медитировать, вы все же проверяете: все ли в порядке? Есть ли место, где поспать ночью и отдохнуть днем? Только если все в порядке, вы будете медитировать. Не так ли? Если вы так поступаете, вы кормите своего врага, называете его другом, вы любите его. Когда вы осознаете, что ваш враг – это враг, вы будете с ним сотрудничать?

У: Нет, господин.

С: Что вы будете делать, если он придет?

У: Мы его остановим и будем защищаться.

С: Как вы будете защищаться? Вы атакуете его? Вы готовы к наступлению?

У: Мы отразим его, господин.

С: Как вы его будете отражать? Мягко, чтобы он не пострадал?

У: Мы немедленно отразим его, чтобы он не мог больше вернуться.

С: Да, продолжайте. Отсеките его и выбросьте за борт, чтобы он никогда больше не вернулся. Хорошо, тогда что вы будете делать, когда усталость и леность действительно возникнут?

У: Я, вероятно, засну, господин.

С: А как другие слушатели?

У: Я не знаю, господин.

С: Вы узнаете врага, вы разрушите его?

У: Именно так, господин.

С: Очень хорошо. Я приведу вам такую аналогию. Если человек спит глубоким сном, а вы его будите, он просыпается быстро. Если же вы пытаетесь разбудить того, кто притворяется, что спит, вам не удастся. Почему так?

У: Чем больше мы его будим, тем больше он притворяется, что спит.

С: Да. Но как насчет вас, вы действительно быстро засыпаете или делаете вид, что спите?

У: Я не знаю, господин.

С: Если вы действительно спите, вы просто проснетесь, когда я вас разбужу. Вы проснетесь?

У: Да, господин.

С: Да, и после этого вы опять заснете, я полагаю. Но я не уверен насчет этого. Я только предполагаю, что так.

У: Я буду работать изо всех сил по вашим инструкциям, господин.

С: Прилагайте усилие, и вы будете совершенны. У вас есть все, что вам нужно.

Вы все получили элементы инсайта и отречения. Поэтому вы теперь высоко цените Учение Будды. Вы хотите его практиковать и получить результат. Если накопление совершенств и отречение малы, вы заблокируете свой слух и не услышите учение Будды. Например, если кто-то вам скажет прийти сюда, вы не захотите прийти, поскольку вам это скучно. Но сейчас вас влечет к этому Учению. Все, что вам нужно, — это такое же количество усилий, которое прилагали благородные ученики Будды.

Когда вы начинаете практиковать, вы, возможно, беспокоитесь: «Если я сижу лишь один или два часа, мне больно, тело немеет. Как мне быть, чтобы я смог сидеть день и ночь? Я думаю, это почти невозможно». Вы не беспокоитесь таким образом?

У: Нет, господин, я не беспокоюсь так.

С: Хотя вы и не беспокоитесь сейчас, это придет. Но не беспокойтесь таким образом. Будда не учил страдать. Он обучал пути, ведущему к счастью. Вы можете в это не поверить, поскольку заняты своими мыслями. Но вам следует работать, прилагая все усилия без каких-либо колебаний. Сейчас, когда вы медитируете, прилагая все усилия, возникает фактор *вирья-иддхипада*. Вы это поймете. Но когда вы сидите, вы все чувствуете некоторый дискомфорт, не так ли?

У: Да, господин, мы чувствуем.

С: Даже если вы испытываете боль и онемение, есть место, где нет боли. Есть сонливость, и есть место, где нет никакой сонливости. Что вы делаете, когда чувствуете сонливость?

У: Я засыпаю, господин.

С: Вы всегда спите достаточно?

У: Да, господин.

С: Но вы спите каждый день, и сейчас вы снова хотите спать? Вы на самом деле еще не «насытились» сном. Если вы спите каждый день, вы никогда не насытитесь сном. То есть когда вы чувствуете сонливость, сделайте усилие, чтобы попасть в то место, где нет сонливости, и тогда вам сон больше не будет нужен. Вставайте и походите туда-сюда. Удерживайте ваше внимание на том месте, где воздух касается, когда вы вдыхаете и выдыхаете. Если вы будете прочно удерживать внимание на этом месте с полной отдачей, в какой-то момент вы обнаружите место, где нет сна. Нет никакого «Я не найду его», есть только «Я еще не попал туда». Вы его получите.

Если вы спите и откладываете медитацию, пока отдохнете, вы проснетесь, когда будет светло, и у вас не останется времени на медитацию. Я вам просто говорю то, что говорил Будда.

Я ничего не знаю. Все, чему учил Будда, правда.

Всем вам приходится зарабатывать на жизнь, работать, тяжело трудиться, нести ношу, не так ли?

У: Да, господин.

С: Поэтому давайте будем просты. Вы дышите, не так ли?

У: Да, господин, дышим.

С: Тогда просто осознавайте вдох, выдох и точку под носом, где касается воздух. Он входит и выходит непрерывно, не так ли?

У: Да, господин, это правда.

С: Непрерывность нарушается, лишь когда ваше внимание отвлекается. И тогда не позволяйте вниманию следовать за дыханием. Ваше внимание должно все время оставаться на этом маленьком месте. Если вы будете удерживать внимание на этом месте, ваше дыхание станет мягким и тонким. Когда оно стало тонким, вам не следует его делать снова грубым. Будда учил, что вы должны сделать грубое и жесткое тонким и мягким. Будда не говорил, что вы должны сделать тонкое грубым. Когда вы чувствуете место, касаясь его пальцем, ваше внимание не прыгает на другие объекты. Разве вы не можете зафиксировать ваше внимание на месте с помощью дыхания?

У: Могу, господин.

С: А жадность, отвращение и заблуждения еще будут возникать, когда ваше внимание сосредоточено на точке? Когда вы хорошо сосредоточены даже короткое время, ваш ум очищен от жадности, отвращения и заблуждений на это короткое время. Разве вы не

можете удерживать внимание сосредоточенным на более продолжительный промежуток времени?

У: Да, господин, могу.

С: Тогда приложите все усилия и удерживайте внимание там. Если вы его там удерживаете, появляются ли сонливость и лень, которые вас беспокоят?

У: Они не появляются, господин.

С: А что произойдет, если вы уменьшите свои усилия?

У: Лень возникнет, господин.

С: Лень и вялость придут, и ваше сосредоточение станет слабым. Это потому, что вы только начинаете; позднее ситуация улучшится. И тогда вы должны рассматривать лень как друга, не как врага, и вы к этому привыкнете. Даже если она придет, вы не станете больше ленивым. Когда мы чувствуем себя сонным, мы говорим: «Хорошо. Я сейчас быстро найду место, где нет сонливости. Тогда это будет конец засыпанию». Работайте, закрепите ваше внимание прочно на «месте», как я вам говорил, а когда ваши конечности заболят, знайте: «Единственный выход — это попасть в то место, где нет больше боли». Если дискомфорт станет очень интенсивным, это будет слишком сложно? Это не сложно. Не беспокойтесь об этом. Просто удерживайте ваше внимание на точке. Верните его на место. Не давайте ему уходить! Если оно будет убегать, вы никогда не доберетесь до места, о котором я вам говорил.

Хотя мы не можем избежать того, что нам преподносят еду, и мы должны есть ее, вы не думаете, что мы можем удерживать внимание на месте и есть? Вы думаете вы будете делать комментарии типа: «Слишком пересолено. Недосолено», — касательно еды, которую ваша жена, дочь, внучка приносят из дома?

У: Я бы не делал таких комментариев, господин.

С: То есть если они вам предложат еду, которая очень пересолена, вы бы разозлились?

У: Нет, господин.

С: Как вы думаете, вы бы заметили, что еда слишком пересолена?

У: Нет, господин.

С: Почему? Потому что вы осознаете нечто, что намного лучше, поэтому вы не замечаете их еду. Если вы огорчитесь и разозлитесь относительно еды, даже если вы соблюдаете восемь предписаний, и вы умрете в этот момент гнева, куда вы попадете?

У: В низшие миры, господин.

С: Если вы работаете с привильным усилием, не так, не с поверхностным, будете ли вы знать, хорош ли вкус еды или нет?

У: Нет, господин.

С: Удерживайте ваш ум прочно сосредоточенным на точке. Ваша повседневная работа не должна пострадать. Это вам ничего не будет стоить. Другие не будут знать об этом. Вы будете практиковать Практику Сидячих ⁽¹⁾ сегодня вечером? Удерживайте ваше внимание на месте и вы увидите, что это очень легко. Если вы почувствуете сонливость или боль, скажите: «Хорошо, что она пришла так рано», и затем сосредоточьтесь на точке еще тщательнее.

(1) Одна из тринадцати *дхутангас*, практик великого отречения. Монах, соблюдающий Практику Сидячих, никогда не ложится. Ученики достойного Вебу Саядо все еще следуют этой практике. (Описание практики найдете в «*Пути очищения*», глава II, 73-76).

Если вы достигните цели до того, как появятся сонливость и дискомфорт, это еще лучше. Если эти помехи не проявятся сами, не прекращайте работать, думая: «Если они не появляются даже сейчас, то не нужно стараться найти место, где их нет». Просто продолжайте работать.

Вы займетесь Практикой Сидячих? Или же когда сонливость и усталость охватят вас, вы перейдете к другой (одной из четырех) поз и уменьшите ваши усилия?

У: Мы не ослабим наших усилий, господин.

С: Вы все или немногие из вас?

У: Мы все, господин.

С: Если вы составите компанию друг другу, это намного лучше. Итак, начинайте выполнять Практику Сидячих!

Я буду говорить на Пали, вы повторяйте за мной:

Сейам паттикхиппами, насаджикангам самадиями (1).

(Я отказываюсь от того, чтобы ложиться. Я занимаюсь Практикой Сидячих).

(1) Моральные предписания, которые принимают ученики-миряне от монахов, всегда произносятся на Пали. Достопочтимый Вебу Саядо трактует решение начать Практику Сидячих как принятие моральных предписаний. Принятие этого обета на Пали усиливает весомость такого действия.

Вы можете подумать: «Было не правильно, что мы отступали перед сонливостью в прошлом». Ладно, сейчас вы приняли Практику Сидячих, и я думаю, что вы это сделали впервые, не так ли?

У: Да, господин, впервые.

С: Это – оружие. Этим оружием вы можете сражаться в вашей битве. С этим оружием вы победите. Если вы будете сражаться с подушкой в качестве оружия, вы не сможете победить.

Я расскажу вам историю, которую вы, вероятно, слышали. Во времена Будды жила леди, которая владела большим состоянием. Когда она состарилась, она распределила состояние между своими детьми. Но дети, получив деньги, больше не заботились о своей матери. За ней не ухаживали в домах сыновей и дочерей, и она была очень огорчена. Когда ей было около восьмидесяти или девяноста лет, соседи организовали ей ординацию как монахине (*бхикуни*) (1), поскольку они не могли это выдержать, смотреть на ее бедность и страдание. Когда монахини ее монастыря были однажды приглашены в ее дом на трапезу-подавание, они все туда пошли. Лишь Сона Тхери (2), наша пожилая женщина, вынуждена была остаться, поскольку она была слишком стара, чтобы пойти со всеми.

(1) Бхикуни, буддийские монахини, соблюдают правила еще строже, чем монахи. Сегодня Орден Бхикуни больше не существует и не может быть переучрежден согласно Бирманскому Высшему Совету Монахов. Однако в Бирме есть женщины, которые ведут монашескую жизнь, соблюдая все предписания, какие могут. Но они не связаны никакими формальными обетами.

(2) Стихи о Тхери можно найти в *Стихах Старейшин*, 102-106. Ее история приводится в *Тхери-гатхе* (Тхера, 95ф, *Комментарий к стихам Тхери*, 126-132. См. *Историю Бахупуттики, Буддийские легенды*, II, 160f).

Прежде чем они покинули монастырь, они сказали Соне Тхери: «Ты слишком стара, чтобы пойти с нами. Но пока нас нет, наполни горшки питьевой водой, а также те, чтобы помыть руки и ноги, чтобы все было готово, когда мы вернемся, а также приготовь горячей воды».

Но эта монахиня была слишком старой. Чтобы носить воду, ей пришлось брать маленький кувшин, и пока она так работала, она очень устала. Но она не прерывалась, чтобы отдохнуть. Она заставляла себя делать то, что ей приказали сделать. Поскольку она перетрудилась, она упала между горшками для воды и не могла больше подняться. Она не делала вид, она была без сил от того, что носила воду.

Ей дали Учение Будды. Поэтому она думала: «Итак... Я не могу больше наполнить горшки водой. Еще нужно принести воды, а также нужно приготовить горячую воду. А я даже не могу подняться. Я сосредоточусь на объекте медитации, который дал Будда». И она принялась медитировать так же, как мы это делали. Она сосредоточила внимание на точке прикосновения. Она сосредоточила внимание так, чтобы оно там пребывало что бы ни случилось. И это все! И она медитировала с большими усилиями, она совершила то, что было необходимо, и достигла завершения страдания.

Разумеется она была переполнена блаженством освобождения. Когда другие вернулись, они не могли ее найти. «Куда же пошла эта старая монахиня», — спрашивали они и искали по всему монастырю. Случайно они нашли ее лежащей между горшками для воды, и они собрались все вокруг и начали ее обвинять. «Ну вот, а как насчет того, что мы тебя просили сделать? Ты не наполнила горшки, и горячей воды тоже нет. Ты настолько ленива, что легла и спишь».

Но старая монахиня была в состоянии поглощения в блаженстве. Другие монахини были просто мирскими людьми, и они стояли и осыпали ее упреками: «Посмотрите, какая ленивая. Горшки не полные. Горячей воды нет. Просто лежит валяется!»

Вы тоже можете так говорить, не так ли? Неприятные разговоры. Но эта монахиня была Арахатом. Она достигла Арахатства и сверхнормальных сил. Она сказала: «Все ваши желания будут выполнены. Будет вода во всех горшках, и будет также горячая вода». Она вызвала сильную решимость, и все горшки с водой наполнились до краев, и горячая вода закипела.

Монахиня было очень стара, и в изнеможении она упала и больше не могла подняться. Она практиковала так же, как вы сейчас практикуете. Вы это слышите? Как долго это займет у вас, чтобы достичь цели, у вас, кто здоров и силен?

У: Мы будем работать изо всех сил.

С: Вы еще будете говорить: «Ох, мы старые; мы больше не можем практиковать»? Сона Тхера была в возрасте восьмидесяти или девяноста лет, и она все же пыталась приносить воду, как ей сказали. Когда она упала от изнеможения, она посто медитировала. Ученики Будды достигали цели, поскольку мощь их усилий была колоссальной.

У вас есть учение, есть техника. Все, что вам нужно сейчас, — это усилие. А почему вам нужно усилие? Потому что во время медитации придут враги и будут вас беспокоить. Удерживайте ваше внимание на маленькой точке. Если ваши конечности будут болеть, работайте так, чтобы добраться до места, где нет боли. Если вы чувствуете сонливость, работайте так, чтобы достичь состояния, где нет сонливости. Хорошо, хорошо... Установите ваше усилие и медитируйте, работайте, чтобы прекратить все страдания.

Дискурс VII

Зажечь Огонь

Вебу Саядо: Вы приняли моральные предписания; теперь вы практикуете их. Только если ваша практика моральности (*сиила*) совершенна, вы можете осуществить ваше устремление к пробуждению. Совершенствуясь в *сииле*, вы должны выполнять другие различные благотворные практики, а они могут привести вас к высшему и осуществлению ваших устремлений.

Учение Будды хранятся в Типитаке. Это Учение было дано Буддой не для того, чтобы его лишь проповедовали и изучали. Вы хорошие люди; вы должны практиковать Учение с неослабевающим усилием, начиная с того момента, как вы его получили, чтобы избежать страдания.

Не дайте себя запутать относительно Учения. Нам не нужно знать множество техник, достаточно одной; но мы должны ее ясно понять. Если мы утверимся в одной технике с настойчивым усилием и отбросим все сомнения, то нам не нужно никого ни о чем спрашивать, мы найдем ответы на все вопросы, я думаю.

Выберите одну технику и практикуйте ее постоянно. Если вы сосредоточите ум в маленькой точке, где воздух касается, когда вы вдыхаете и выдыхаете, то не будет никаких страстных желаний, никакого отвращения или заблуждения, и поскольку эти три фактора отсутствуют, вы немедленно оказываетесь вне страдания. Поэтому на короткое время ваш ум оказывается чист. Таким образом, если выш ум-последнего-момента (1) случится в это время, и вы умрете, будет ли что-то, о чем стоило бы беспокоиться или чего бояться?

(1) В Абхидхамме Будда объясняет, что ум-последнего-момента отвечает за сознание перерождения. Если ум-последнего-момента сопровождает хорошее ментальное состояние, то существо, которое будет перерождено, будет счастливым; если ум-последнего-момента сопровождается страхом, жадностью или отвращением, например, то в результате родится существо низших миров. Между умом-последнего-момента перед смертью и умом-первого-момента перерождения нет никакого промежутка.

Польза этой практики, длится не только короткий момент или одну жизнь. Этот короткий момент чистоты принесет благо для всего пребывания в цикле рождения и смерти. И почему вы можете это осуществить? Потому что время правильное, форма вашего существования правильная, и вы прилагаете правильное усилие. Ученики Будды получали практику от Учителя и работали с непоколебимой настойчивостью. Поэтому они достигли пробуждения, к которому они стремились.

Как они работали? Так же, как тот, кто хочет зажечь огонь с помощью палки для разжигания огня в древние времена. Они терли два куса дерева друг о друга, и это производило тепло.

В конце концов дерево начинало нагреваться, и им удавалось разжечь огонь. Итак, если человек хочет разжечь огонь таким образом, и трет два куса дерева друг о друга, как он это делает, считает ли он: «одно потирание, второе, третье ...»?

Ученик: Нет, господин, это не очень хорошо работает.

С: Как ему это делать тогда?

У: Он должен тереть непрерывно, пока не получит огонь.

С: Да, когда они хотели развести огонь в те дни, это можно было сделать только так. Они должны были тереть со всей решимостью, не делая перерывов. Итак, если мы трем два куса дерева друг о друга таким образом, как много это займет времени, чтобы огонь зажегся?

У: Когда дерево достаточно нагреется, огонь зажжется, господин.

С: Много это займет времени?

У: Не очень много, господин.

С: Нет, если человек работает со всей решимостью, это не займет много времени. Точно так же будет и с нашей практикой здесь. Вы хотите огонь. Вы знаете, что если будете тереть эти два куса дерева, он может загореться. Поэтому если вы будете считать: «Одно

потирание, два, три... », — дерево слегка нагреется. Затем вы немного отдохнете. Зажжется у вас при этом огонь?

У: Нет, господин.

С: Ок, тогда вы начинаете снова: раз, два, три раза... И снова жар возникает. Тогда вы снова откладываете и делаете передышку. Зажжется у вас огонь?

У: Нет, господин.

С: А если мы так будем продолжать целый месяц?

У: Мы не разожжем огонь, господин.

С: А если мы продолжим так целый год?

У: Они будут лишь нагреваться, но огонь не зажжется, господин.

С: Хорошо, а если вы будете так работать сто лет?

У: Дерево лишь будет нагреваться, господин.

С: В этом случае в этих кусках дерева нет никакого огня?

У: Огонь есть, но усилие и настойчивость не достаточны.

С: Точно то же происходит и с нашей работой. Вы должны работать как тот, кто хочет развести огонь, не прерываясь на отдых. Скоро станет горячо, и тогда совсем скоро возгорится пламя. Только тогда вы сможете воспользоваться огнем так, как вы хотите. Вы должны прилагать все усилия, чтобы осуществить ваши устремления к пробуждению. Вы получили Учение Будды. Теперь вам нужно работать с такими же усилиями, какие были у тех мудрых людей, которые достигли своей цели.

Учение Будды – единственный путь освобождения от страдания, и вы можете практиковать его лишь тогда, когда возник Будда, и пока Учение доступно. Когда Учение Будды не доступно, вы не можете осуществить ваше устремление к Ниббане. Когда возникает Будда в мире, объясняются правильное поведение (*карана*) и понимание (*виджня*), которые ведут к освобождению от страдания. Если вы воспользуетесь случаем и осуществите его на практике, вы достигните совершенства. Правильное поведение можно также практиковать, даже когда нет Учения Будды, но при этом инсайт или понимание не будут иметь места.

Что именно означает правильное поведение? Сейчас, когда доступно учение Будды, все вы передаете в дар монахам четыре вида подаяния: еду, одеяния, приют и лекарства. Когда вы совершаете подаяние, вы даете лучшее из того, что вы можете себе позволить. Но вы все еще не удовлетворены этим; вы хотите сделать еще больше. Это – хорошее поведение (*карана*).

Чтобы практиковать Учение Будды и дойти до точки, где мы можем избежать все страдания, мы должны осознавать один единственный объект, осознавать постоянно, без пауз или прерываний.

Если мы таким образом осознаем, мы практикуем понимание (*виджня*). Практикуя и то и другое вместе при совершенных усилиях, мудрые люди прошлых времен достигали просветления, к которому они стремились.

Вы можете думать так: «Ладно, мы преподносим подношения Учению, давая еду, одежду, жилище и лекарства для монахов. Для постижения Учения мы сами должны практиковать инсайт. Мы сможем это сделать, если у нас будет свободное время после подготовки подношения». Итак, если вы работаете таким образом, вы практикуете правильное поведение или инсайт?

У: Это правильное поведение, господин.

С: Когда вы выполнили свои обязанности и удерживаете ум прочно сосредоточенным на одном-единственном объекте, что вы при этом практикуете?

У: Мудрость, господин.

С: Тогда что случилось с правильным поведением? Когда вы удерживаете ваше внимание сосредоточенным на точке, вы все еще практикуете правильное поведение?

У: Да, господин, тогда мы практикуем и правильное поведение (*карана*) и понимание (*виджня*) одновременно.

С: Да, вы можете практиковать их совместно. Первым делом вы готовите еду, а затем вы медитируете. Таким образом вы должны совершенствовать себя в обоих практиках: в правильном поведении и понимании. Но вы практикуете правильное поведение сначала, и лишь затем вы практикуете понимание. А разве невозможно практиковать оба эти освобождающие Учения Будды одновременно? Разве невозможно осознавать вдох и выдох, даже когда вы готовите пищу или строите монастырь?

У: Это возможно, господин.

С: Вы видите, это путь, который мудрые ученики Будды обычно практиковали. У них была возможность последовать хорошему совету и указаниям. Вы думаете, у них, возможно, была мысль: «Наши родители — есть то высшее, что у нас есть, и наш долг благодарности перед ними не имеет границ, и они стареют. Мы должны служить им день и ночь, поэтому мы не можем медитировать»?

У: Господин, возможно, некоторые думали подобным образом.

С: Осуществление наших обязанностей по отношению к родителям включается в правильное поведение или в понимание?

У: Это правильное поведение, господин.

С: Разве невозможно осознавать ум и материю, когда вы ухаживаете за родителями?

У: Это возможно, господин.

С: А теперь, когда вы знаете, что мудрецы древних времен практиковали правильное поведение и понимание одновременно, вы все еще считаете невозможным практиковать понимание, заботясь о своих детях или внуках? Разве вы не можете тренировать свой ум в осознании ума и материи, и в то же время выполнять все ваши обязанности? Где бы вы ни были, что бы вы ни делали, вы можете практиковать правильное поведение и медитацию в то же самое время.

Когда ваши дети ведут себя хорошо, вы можете осознавать входящее и выходящее дыхание, а когда они вредничают, и вам нужно их поправить, тогда вы тоже можете практиковать. Скажите мне, какой это элемент практики, когда вы поправляете детей?

У: Это правильное поведение, господин.

С: То есть, если вы практикуете осознание, когда вы их ругаете, что вы практикуете?

У: Понимание, господин.

С: Если мы практикуем осознание, когда мы делаем то, что должны делать, мы будем страдать? Это чего-то стоит? Это мешает нашей работе?

У: Нет, господин; когда работают с осознанием, работа совершается быстрее.

С: Если вы не позволите себе отвлекаться, вы будете работать быстрее, и вы заработаете больше денег. Ваше устремление к Ниббане также осуществится быстрее. Все существа, кто практикуют таким образом, могут осуществить свои устремления. Нет ни одной секунды, в течение которой было бы невозможно осуществить ваше устремление. Как насчет тех человеческих существ, Дэвов, Брахм, которые не практикуют Учение Будды, хотя время для этого хорошее? Достигнут ли они осуществления своих устремлений?

У: Те, кто не прилагает усилий, не могут осуществить своих устремлений, господин.

С: Почему? Потому что они родились в неправильном плане существования или в неправильное время?

У: Нет, господин. Но без усилий ничего не может быть осуществлено.

С: Может быть, у них недостаточно *парамит*?

У: Может быть, некоторые не могут понять Учение, поскольку они недостаточно развили свои совершенства в прошлом, господин.

С: Но если вы не приложите усилие, вы можете при этом утверждать, что не понимаете, поскольку у вас не хватает *парамит*?

У: Те, кто накопил совершенства в прошлом, достигают состояний Ниббаны, когда они слушают Учение. Но мы, господин, поскольку у нас нет совершенств, слушаем Дхамму снова и снова, и остаемся все теми же.

С: Мудрецы прошлого были подобны жаждущим людям. Они испытывали жажду, поэтому они искали воду. А когда они ее находили, что они делали? Разве они смотрели вверх на небо и говорили: «Ну, мы еще не хотим пить воду»? Нет. Они были людьми, которые действительно испытывали жажду. Как насчет вас? У вас есть Учение Будды, вы хотите его испить прямо сейчас?

У: Господин, мы медлим и ждем.

С: В этом случае не будет верным сказать, что у вас нет достаточных *парами*. Если вы не пьете, ваша жажда не будет утолена. Что вы будете делать, если вы находитесь прямо возле бака с водой?

У: Поскольку у нас недостаточно *парами*, мы просто там сидим, господин.

С: Что вы будете делать, если зашли в озеро, полное воды?

У: Если мы войдем в воду, мы, потянув шею, запрокинем голову к небу, господин. И если мы должны нырнуть, мы будем держать рот закрытым.

С: Итак, вы все еще говорите, что вы жаждете, но у вас нет необходимого понимания, чтобы вы могли напиться?

У: Господин, поскольку у нас нет необходимых условий, мы не откроем рот в воде.

С: А если бы вы по-настоящему хотели пить, вы бы стали держать рот закрытым?

У: Если человек действительно хочет пить, он не стал бы так делать, конечно.

С: Таким образом, вы говорите: «Хотя я хочу пить, я не хочу пить!». Не противоречите ли вы сами себе?

У: Это подобно тому, как мы бы делали вид, что не хотим пить, господин.

С: Скажите мне тогда, если вы испытываете жажду и просто ее переносите, вы счастливы или нет?

У: Мы не счастливы, господин.

С: Тогда, если вы не счастливы, вы будете продолжать сидеть возле бака с водой и не пить?

У: Господин, мы видим этот вид страдания как счастье.

С: А Будда учил, что такая жажда – это счастье?

У: Нет, господин, он говорил, что это страдание.

С: Тогда скажите мне, что, вы думаете, окажется правдой: то, что сказал Будда, или то, что вы думаете?

У: Наше видение, что это счастье, – ошибочно, господин.

С: Вы хотите быть счастливыми или несчастливими?

У: Хотя мы и хотим быть счастливы, мы продолжаем создавать несчастье для себя.

С: Что же лучше, слушать Будду или не слушать Будду?

У: Господин, мы знаем, что мы должны следовать слову Будды, но мы все же продолжаем создавать свои страдания.

С: В этом случае, кажется, что вы знаете, что для вас хорошо, но вы просто ленитесь.

У: Потому что наши *парамы* слабы, мы должны страдать от неведения, господин.

С: Если у вас есть вода, а вы не утоляете свою жажду, то это потому, что ваши *парамы* не совершенны?

У: Именно из-за недостаточного совершенства сила неведения столь подавляюща, господин.

С: Скажите мне, что более могущественно: понимание (*виджня*) или неведение (*авиджня*)?

У: Господин, понимание более могущественно для человеческих существ.

С: Тогда вы знаете, что понимание, которому учил Будда, могущественно.

У: Господин, мы знаем, что понимание – это хорошо.

С: Тогда просто свяжите себя с пониманием. Независимо от того, что вы думаете, что сила неведения велика, или какая бы она ни была... Вы научились сейчас видеть разницу между умом и материей. Если же вы осознаете ум и материю так, как учил Будда, будет ли при этом преобладать неведение?

У: Когда мы осознаем, господин, неведения больше нет.

С: Теперь давайте сосредоточимся на месте под носом, над верхней губой, и осознаем ум и материю (*наму* и *рупу*) точно так, как учил Будда. Если мы укрепим внимание таким образом, может ли остаться неведение? Если вы начнете искать его, вы сможете его найти?

У: Оно совсем исчезнет, господин.

С: Вы его все еще осознаете, когда оно ушло?

У: Господин, оно исчезло полностью.

С: В этом случае какая сила мощнее, — сила понимания или сила неведения?

У: Сила неведения сильна, господин.

С: О, как она сильна? Неведение просто убежало так быстро, как могло; вы даже не можете его увидеть больше.

У: Но оно придет снова, и не раз, господин.

С: Это так, потому что вы разрешаете ему возвращаться. Если вы разрешите приходить лишь пониманию и знанию, неведение не может вернуться. Но если вы ему позволите возвращаться, тогда ваше понимание прекратится, и неведение победит снова. Это как электрические фонари вон там. Что вам нужно, чтобы включить фонари?

У: Выключатели, господин.

С: Что случается внутри выключателей, чтобы зажегся свет?

У: Через них протекает электричество, господин.

С: Что происходит, если прохождение тока прерывают?

У: Становится темно, господин.

С: Что вам нужно сделать, чтобы превратить темноту в свет?

У: Мы должны запитать лампы электричеством, господин.

С: И куда темнота уходит, когда зажигают фонари?

У: Она исчезает, господин.

С: Остается ли какое-то количество темноты?

У: Нет, господин.

С: Когда сияет понимание, остается ли какое-то неведение?

У: Нет, господин.

С: В этом случае велика ли сила неведения?

У: Нет, господин, не велика.

С: Трудно ли сделать то, что мы только что сделали?

У: Не очень трудно, господин.

С: Видим ли мы реальность, когда неожиданно появляется свет?

У: Мы видим, господин.

С: Можете ли вы все еще поступить ошибочно?

У: Нет, господин.

С: Это так легко! Что же соединяли мудрые ученики Будды? Если вы хотите включить свет, вам нужно соединить провода внутри выключателя для того, чтобы потекло электричество. Поэтому мягко удерживайте ваше внимание на том самом месте, и все соединится. Вы понимаете?

У: Мы бы хотели избавиться от этого (неведения, — прим. переводчика), господин.

С: Просто сосредоточьтесь, пожалуйста, ваше внимание в точке. Мягко. Вы устанете, если вы сосредоточите ум таким образом?

У: Нет, господин.

С: Будет ли это вам чего-то стоить?

У: Нет, господин.

С: Нужно ли вам будет прекратить работать?

У: Нет, господин.

С: Разве это не чудесно? Вы можете практиковать во всех четырех позах: сидя, стоя, при ходьбе и лежа. Можете ли вы удерживать внимание на точке и осознавать входящее и выходящее дыхание, даже когда едите, пьете и работаете?

У: Господин, пожалуйста, научите нас, как осознавать дыхание, когда мы двигаемся и работаем.

С: Вы знаете много различных техник, но вам не нужно их все практиковать. Выберите одну и работайте с ней. Если вы удерживаете ваш ум прочно сосредоточенным на одном объекте, вы немедленно осознаете то, чего не осознавали прежде, — это просто подобно тому, как вы видите свет, когда включили выключатель. Может ли еще быть ложное видение или иллюзия в вашем уме, когда вы осознаете таким образом?

У: Нет, господин, но поскольку мы не знаем, где выключатель света, нам приходится сидеть в темноте.

С: О, дорогой, у вас столько выключателей! Включите любой из них, и появится свет.

У: Господин, поскольку выключателей так много, я не знаю, какой из них включать.

С: Сработает любой, результат будет немедленным.

У: Когда я нажимаю этот выключатель, господин, лампочка сгорает немедленно. Поэтому я думал, что это был неправильный выключатель.

С: Она не сгорает, лампочка будет давать свет. Даже если однажды произойдет замыкание, когда вы попробуете снова, она снова загорится.

У: Но я не знаю, где нажать на выключатель, господин.

С: Вы знаете выключатели; монахи из сострадания обучали вас столь многим техникам. Только не пытайтесь пользоваться ими всеми. Выберите лишь одну.

У: Господин, обучите, пожалуйста, нас этой технике!

С: Любая техника, преподанная Буддой, сработает как выключатель, чтобы включить свет.

У: Мы бы хотели узнать технику, с помощью которой мы можем совершенствовать поведение и практиковать понимание, когда работаем, ходим или сидим, господин.

С: Хорошо, тогда скажите мне, все ли вы — большие и маленькие — дышите?

У: Да, господин, все.

С: Итак, здесь нет никого, кто не знает, как дышать. Приходится ли вам когда-либо говорить: «Извините, я сейчас очень занят, у меня нет времени, чтобы дышать»?

У: Нет, господин.

С: Тогда дышать для вас очень легко, не так ли? Теперь просто попытайтесь найти то место, где воздух выходит, когда вы выдыхаете.

У: Он выходит из носа, господин.

С: Есть ли еще какое-то место, откуда он выходит?

У: Нет, господин, есть лишь одно такое место.

С: Да, есть лишь одно такое место. Поэтому не стоит приходить ко мне и говорить, что есть так много выключателей, и вы не знаете, на который нажать. Вы все дышите, не так ли? Где этот воздух касается, когда вы выдыхаете?

У: Он касается в точке у основания носа, господин.

С: Что происходит, когда воздух входит? Где он касается?

У: Он касается снова там же, в том же месте, господин.

С: То есть это совершенно очевидно для вас: воздух касается маленького пятнышка в основании носа, когда вы вдыхаете и когда выдыхаете. Вы осознаете это, не так ли?

У: Да, господин.

С: Не давайте уму отвлекаться на другие объекты. Можете ли вы почувствовать место, где воздух касается точно так же, как вы прикасаетесь к нему пальцем? Сосредоточьте ваше внимание там и удерживайте его там. Не следуйте за дыханием наружу от ноздрей. Удерживайте внимание тихо и спокойно на месте прикосновения, и вы сможете знать, как воздух входит и выходит. Поток воздуха непрерывный, не так ли?

У: Да, господин, это так.

С: Вы можете осознавать это непрерывно. Если вы удерживаете ваше внимание там, то будут иметь место лишь осознание ментальных и физических свойств (*нама* и *рупа*). Под какую категорию из двух подпадают ноздри, — это ум или материя?

У: Господин, насколько я знаю, ноздри — это материя.

С: А что это за сущность, что знает ощущение прикосновения?

У: Господин, то, что знает, — это ум (*нама*).

С: Таким образом вы осознаете ум и материю в то же самое время. Если вы осознаете ум и материю, есть ли еще какие-то сущности, которые вы не осознаете?

У: Нет, господин, нет ничего, кроме ума и материи.

С: А осознавать ум и материю — это неведение или знание?

У: Это знание, господин.

С: Если же мы не осознаем ум и материю, как мы это называем?

У: Это мы называем неведением, господин.

С: Может ли неведение все же влиять на нас, когда мы практикуем понимание?

У: Нет, господин, не может.

С: Есть ли тогда еще какая-то причина, чтобы беспокоиться или бояться настоящего и будущего?

У: Нет, господин.

С: Даже если вы осознаете лишь один краткий миг, вы обретете пользу. Насколько же большую пользу вы обретете, если вы будете поддерживать осознание более долгий период?

У: Польза будет намного больше, господин.

С: А сомнения все еще остались у вас в уме относительно вашей способности достичь пробуждения, к которому вы устремлены?

У: Нет, господин.

С: Вы сможете достичь вашей цели даже быстрее, чем вы думали. Разумеется, вам следует тем не менее выполнять свои обязанности по отношению к вашим учителям, родителям и детям. Вам следует поддерживать Учение Будды. Вы должны зарабатывать на жизнь. Если вы не будете выполнять все эти обязанности, будет ли ваша *сиила* совершенной?

У: Нет, господин.

С: А если ваше моральное поведение не совершенно, вы сможете достичь цели?

У: Нет, господин, это невозможно.

С: Скажите мне, когда и где нет возможности практиковать правильное поведение и медитацию одновременно?

У: Это никогда не трудно, господин, даже когда человек болен.

С: Если ваш инсайт развивается по мере вашей практики, нужно ли вам говорить другим, что вы стали счастливее посредством Будда-Дхаммы?

У: Говорить об этом другим нет необходимости, господин.

С: А если вы не говорите об этом, означает ли это, что вы не знаете о своем счастье?

У: Даже если мы не говорим каждому, мы все же знаем сами, господин.

С: Точно так же благородные люди знают. Вы сами знаете, как много вы уже обрели, а когда вы достигните цели, то вы будете знать. Если вы напишете на листе бумаги, что соль соленая, а кто-то прочтет это, он будет знать, что соль соленая, не так ли?

У: Конечно, господин.

С: И если вы кому-то говорите, что соль соленая, он узнает?

У: Почему нет? Конечно, господин.

С: А скажите мне, соль станет соленой благодаря тому, что вы напишете или скажете об этом?

У: Нет, господин, конечно, нет.

С: Если вы читаете, что соль соленая, вы действительно знаете, что это так?

У: Хотя человек понимает, что она соленая, он в действительности не знает, какой вкус у соли. Лишь если мы положим немного соли на язык и попробуем ее, мы действительно узнаем, что означает «соленая».

С: Если вы попробовали ее и знаете, что она соленая, вам нужно об этом прочесть? Есть ли у вас нужда сделать заявление об этом вкусе?

У: Нет, господин.

С: Если мы скажем соседу об этом вкусе, он узнает о нем?

У: Он просто услышит об этом, господин.

С: Что нам нужно сделать, чтобы он узнал?

У: Мы должны ему дать немного соли, и пусть он попробует ее на вкус. Иначе то, что он знает, будет значить лишь то, что он слышал об этом, господин.

С: Вы знаете наверняка, что правильное поведение и инсайт, мудрость, составляют путь к освобождению от страданий?

У: Да, господин, мы это знаем.

С: Если вы читаете, что соль соленая и полагаете, что этого знания вполне достаточно, то здесь вы и останавливаетесь. Но если вы желаете удостовериться, вы должны попробовать сами. Достаточно ли прочитать, что соль соленая, и затем подтвердить у меня?

У: Господин, вы бы не обманули. Если вы скажете, что она соленая, для меня этого достаточно.

С: Сейчас вы возвращаетесь к тому, что вы говорили раньше. Вы знаете, что соль соленая, услышав это или прочитав, но только если вы действительно сами узнаете, вы становитесь счастливым. Если вы говорите кому-то, что соль соленая, а он просто слепо принимает то, что вы сказали, то он даже не почувствует желания попробовать. В конце концов, он думает, что он знает. Имея это знание в уме, он не увидит потребности попробовать это. Это не так просто самому знать, что соль соленая. Соль действительно существует. Возьмите ее, попробуйте. Тогда вы будете знать сами, и вам не нужно будет спрашивать других.

У: Господин, вчера я сам пробовал немного соли.

С: Правда? Почему лишь немного? Она закончилась?

У: Нет, господин, ее было достаточно.

С: Тогда берите ее! Не просто пробуйте чуть-чуть. Используйте столько, сколько нужно. Каждый из вас получил немного соли, не так ли?

У: Да, господин. Мы еще не поели в полной мере, господин, но мы удовлетворены тем, что попробовали чуть-чуть.

С: Но вы, конечно, не думаете, чтобы так все и оставить, не так ли?

У: Вообще-то нет, господин, но время идет, и все меняется. Мы планировали что-то в прошлом году, а уже год прошел...

С: Итак, в этот раз не стоит просто думать. Сколько мыслителей было во времена Будды?

У: Их было огромное количество, как песчинок на пляже, господин.

С: Вы все еще должны прилагать усилие и медитировать. Вы все еще должны стремиться понять Учение Будды. Вы планируете это сделать, не так ли? Вы будете лишь думать о том, чтобы приложить усилие и в этой жизни?

У: Если мы будем лишь думать об этом, господин, мы снова останемся в цикле рождения и смерти.

С: Тогда проблем нет. «В прошлом мы упустили возможность, потому что мы лишь думали о том, чтобы приложить усилие, но сейчас мы знаем, что в двух кусках дерева есть огонь. Мы будем их тереть друг о друга». Думая таким образом, вы будете прилагать усилия, а также желать сражаться... У вас есть два куска дерева? Если я буду продолжать говорить, вы подумаете: «Этот монах так долго говорит». Я сейчас заканчиваю. Только если вы будете работать, вы положите этому конец. Если у вас есть желание работать, тогда медитируйте, работайте энергично, прикладывайте свои усилия со всей решимостью подобно тому, как это делали благородные древних времен.

Дискурс VIII

Счастье, которое постоянно возрастает

Вебу Саядо: Будьте совершенны в практике [медитации, — прим. переводчика]. Только если ваша практика совершенна, все ваши устремления настоящего и будущего будут исполнены, все без исключения. Поскольку это правда, что устремления хороших людей прошлого, которые практиковали и прилагали усилия, осуществились полностью. Вам тоже следует практиковать *сиилу*, которая привела их к счастью. Работайте усердно и совершенствуйте себя в этом.

Поддерживайте совершенство *сиилы*, и пусть ваш ум будет прямым. Практикуйте щедрость (*дана*), поскольку это вас обрадует, отдавайте сами вашу собственность с искренностью тем, кто достоин. Приблизьтесь и давайте вашу *дану* и выражайте уважение бесподобному Будде и его Учению, при этом удерживайте в уме ваше устремление к пробуждению, Ниббана. Этот тип устремления называется правильным устремлением. То, что вы осознаете, когда проникните в Четыре Благородные Истины, называется *бодхи*.

Есть разные типы *бодхи*: *самма-сам-бодхи* (Буддовость), *паччека-бодхи* (Не-обучающая Буддовость), *савакабодхи* (Арахатство). Есть различные виды Арахатства: *агга-савака* (для главных учеников), *маха-савака* (для ведущих учеников), *пакати-савака* (для учеников и Арахатов). Вы должны всегда удерживать в уме ваше устремление к Ниббана, высшей цели.

Устремление, принятое таким образом, принято верно. После самосовершенствования соответственно вашему устремлению, входите в Ниббану. Количество людей, которые достигли Ниббаны, неисчислимы. Почему они смогли донести свои устремления к *бодхи* до состояния плода? Потому что они были рождены в правильной форме существования в правильное время, и поскольку они прилагали соответствующее усилие.

Когда же наступает время, когда эти устремления можно донести до результата — состояния плода?

С того момента, как Будда достиг пробуждения, много человеческих существ, Дэвов и Брахм пришли к Будде проявить уважение и выразить свое поклонение. Но ни человеческие существа, ни Дэвы и ни Брахмы не были удовлетворены лишь тем, что оказались в присутствии Будды, и получили возможность выразить уважение. Будда наблюдал их посредством своего видения ума и обучил их истине, в которую он проник благодаря своему высшему знанию, своему всеведению. Как только они получили указания Будды, они начали практиковать, прилагать усилия с непоколебимой энергией во всех четырех позах тела. Это непрерывное усилие, без пауз, полное радости, называется хорошим усилием. Когда их усилия были совершенными и такими же, как у мудрецов прошлого, они добрались до своей цели в положенное время, и все их духовные устремления осуществились. Поскольку они достигли этого состояния, они были чрезвычайно счастливы и полны блаженства.

Какова природа их счастья и блаженства? Это не было счастьем или блаженством, что длилось лишь момент или часть жизни; это было счастье, которое столь велико, что может продлиться до конца *самсары*. Если даже вы родитесь на человеческом плане лишь на одну жизнь, вы можете выйти за рамки страдания цикла рождения и смерти.

Таким образом, счастье и блаженство придут к вам. Когда мы достигаем такого счастья, когда мы получаем знак блаженства, когда мы достигаем цели, нет ни малейшего желания ревниво хранить секрет. Нет, вы будете желать, чтобы все человеческие существа, Дэвы и Брахмы достигли этого блаженства и счастья. Когда вы знаете сами, как достичь счастья, действия тела, речь и ум будут всегда в гармонии с причиной достижения Ниббаны. Вы действуете с радостью, она становится вашей основой.

Каким образом столь многие человеческие существа, Дэвы и Брахмы смогли достичь таких высоких состояний блаженства? Лишь благодаря тому, что они несли устремления своего сердца к окончательному осуществлению.

Каковы же вещи, которые поддерживают Учение Будды? Это предоставление приюта, монашеских одежд, подаяние еды и лекарств монахам. Поняв это, они это практиковали. Этими четырьмя деяниями мудрый человек поддерживал Учение Будды. Поддерживая Учение Будды совершением этих четырех деяний, многие человеческие существа, Дэвы и Брахмы получали поучения Будды. Они были наделены способностью понимать и следовать инструкциям, и они практиковали с умом, наполненным радостью, не прерываясь на отдых, подобно мудрецам далеких времен. Когда они практиковали таким образом, они достигали цели без задержки. Прямо в одно мгновение бесчисленное количество людей, Дэвов и Брахм осуществили желание своего сердца. Энергичные люди видели это и поддерживали Учение Будды, укреплялись в нем в очень короткое время. Но они делали не только это; это их не удовлетворяло полностью. Чтобы усилить понимание и укрепиться в Учении, они также и медитировали. То есть их наполняли хорошие волеизъявления, а также им были присущи непоколебимые усилия и вера. Со времен Будды были такие люди, которые поддерживали и несли Учение Будды, прилагая наивысшие усилия, и с тех самых времен человеческие существа, Дэвы и Брахмы

достигали Ниббаны. Количество тех, кто достиг цели за короткое время, даже не может быть осознано, не говоря уже о всех тех, кто достиг Ниббаны.

Сейчас наступило хорошее время для всех благородных людей. Потому что время, когда процветает Учение Будды, — это хорошее время. Планы существования человеческих существ, Дэвов, и все другие счастливые обитатели — хороши. Рождаясь в них, люди принимали Учение подобно тому, как это делаем мы с вами. В прошлом практиковали, прилагая все усилия, и достигали цели.

После своего пробуждения Будда почтил своим присутствием Раджагаху прежде, чем какую-либо иную страну. Царь этого великого города, Бимбисара, пришел к Будде, и поскольку он получил Учение и следовал ему, он достиг цели. Он был переполнен блаженством. Он хотел, чтобы и другие достигли такого же блаженства и понимания причины, основания такого счастья, он совершал четыре деяния [предоставление приюта, монашеских одежд, подаяние еды и лекарств монахам — прим. переводчика]. Он делал это для того, чтобы его мать, отец, бабушка и дедушка могли достичь своих устремлений полностью. Будда из величайшего сострадания пребывал в восхитительном царском саду. Люди, Дэвы и Брахмы пришли выразить ему свое почтение, и он из великого сострадания обучал их тому, что осознал сам. И всего через краткое мгновение бесчисленное количество людей, Дэвов и Брахм достигли своего устремления. И после это продолжалось и продолжалось. Пришло хорошее время для всех людей с благородными устремлениями! Время, когда есть Будда и его Учение, — это хорошее время. Жизнь человека, Дэва или Брахмы — это хорошая жизнь. Хорошим усилием называют усилие, которое устанавливается после получения Учения. А каково Учение Будды? То, что содержится в Типитакке, и проповедуется, и объясняется благородными учениками из любящей доброты и сострадания, — это Учение Будды. Оно очень обширно, глубоко и его трудно постичь. Хотя оно обширно, глубоко и его трудно постичь, оно действительно учит лишь одному — пути избавления от страдания.

Оно разъясняется мудрыми кратко или полно в зависимости от того, как позволяет время, и каждый получает знание из него в соответствии со своими способностями. Вы все обладаете некоторым пониманием Типитакки соответственно вашим способностям. Если вы заговорите о том, что знаете, этому не будет конца.

Но вам необходимо установить решительное усилие и сосредоточить свой ум на одном объекте в соответствии с Учением Будды, как я сказал, и отбросить все другие объекты. Когда ваш ум будет зафиксирован лишь исключительно на одном объекте с решительным, стабильным усилием, тогда вы укрепитесь в Учении. Разве не так?

У Ба Кин: Да, господин.

С: То есть установить ваше внимание — это усилие (*вирья*). Когда вы фиксируете внимание на одном объекте, и никакой другой объект не попадает вам в ум, и ваше внимание стабильно, вы достигаете *вирья-иддхипада*. Поскольку Учение столь обширно, вы,

возможно, подумаете, что это утомительно — практиковать его. Поэтому я обучаю вас таким образом, чтобы вы могли достичь цели быстро.

Что случается с причинами страдания – *лобхой*, *досой* и *мохой* (алчностью, отвращением и заблуждением) — когда вы контролируете ваш ум таким образом?

У Ба Кин: Они устраняются и становятся тихими.

С: Люди пишут и проповедуют много о *лобхе*, *досе* и *мохе*? Не так ли? Когда они ведут обсуждение, они говорят лишь для того, чтобы выиграть в дискуссии, с кем бы они ни говорили. Но если они установят осознание дыхания и сделают ум спокойным, они обретут реальные заслуги. Почему бы не попытаться это сделать?

У Ба Кин: Да, господин.

С: Будут ли при этом беспокойство, страх, жадность?

У Ба Кин: Нет, господин.

С: Нет, их не будет. Не будет ни беспокойства, ни страха, ни алчности. А когда у вас беспокойство, страх или алчность, вы счастливы или нет?

У Ба Кин: Несчастливы, господин.

С: А если нет беспокойства, страха и алчности?

У Ба Кин: Тогда счастливы.

С: Если мы установим усилие лишь на долю секунды, *вирья-иддхипада* возникает. Она исключает беспокойство, страх и алчность, и это счастье. Есть виды счастья, которые не относятся к счастью, достигаемому посредством Учения Будды, но люди все же называют его счастьем. О каком счастье я говорю? Я говорю о счастье стать человеком или Дэвом, стать царем, Саккой или Брахмой. Разумеется, их наслаждения тоже называют счастьем... Но давайте я приведу пример. Если вас попросят носить золотые царские украшения и жить в золотом дворце, в стране, где полно золота, драгоценностей, риса, воды и пищи, которая изобилует всем, вы бы приняли такое приглашение?

У Ба Кин: Конечно, я бы принял.

С: Конечно, вы бы приняли. Эта страна настолько богата, что там вдоволь абсолютно всего. Итак, вы бы жили, нося свою корону, в вашем золотом дворце, улыбаясь все время. Так что, я полагаю, так улыбаясь все время, вы были бы счастливы, не так ли? Это счастье избавило бы вас от беспокойств, страха и желаний?

У Ба Кин: Нет, не избавило бы.

С: Неужели?

У Ба Кин: Оно бы не избавило, господин.

С: Я имею в виду в данный момент, понимаете?

У Ба Кин: Нет, не избавило бы.

С: А почему тогда они все улыбаются и счастливы?

У Ба Кин: Кто-то может попытаться напасть на это царство. Если что-то случится на территории царства, царь должен будет выполнить свои обязанности.

С: А если нет ничего такого? Эта страна так хороша, что нет таких опасностей и беспокойств. Это очень мирная страна. Вообще нет таких проблем. Все тихо и спокойно. Такая страна. Вам просто нужно жить во дворце и носить корону. Вы просто живете там со своими министрами, армией, наложницами и женами. Вы живете все время с улыбкой на лице. Будет ли в этом случае страх, алчность и тревога в подобных обстоятельствах? Вы все время улыбаетесь и счастливы. Итак, будут ли у вас какие-либо беспокойства?

Ученик: Будут, господин.

С: Почему?

Ученик: Потому, что будет страх смерти.

С: Да, все же будет страх смерти. Но вы все еще улыбаетесь. Что означает эта улыбка? Что тогда *лобха*, *доса* и *моха*?

У Ба Кин: Они не уйдут от этого.

С: Даже улыбки не прогонят их?

У Ба Кин: Нет, господин.

С: Что означают улыбки?

У Ба Кин: Они указывают, что в уме есть объект, который – *лобха* (алчность).

С: Неужели? Мы разве счастливы, если есть *лобха*?

У Ба Кин: Нет, господин.

С: А *лобха* — это здорово и приятно?

У Ба Кин: Нет, совсем нет.

С: Она *кусала* (искусна) или *акусала* (неискусна)?

У Ба Кин: Она *акусала*.

С: Счастливы ли вы, когда улыбаетесь, как мы только что говорили?

У Ба Кин: Нет, господин.

С: Вы улыбаетесь прекрасной улыбкой, не так ли? Но вы пока еще не счастливы. Вы царь, не так ли? Может быть, вы не счастливы, поскольку правите лишь одной страной? Я вам дам еще одну. Идет?

У Ба Кин: Даже тогда я не буду счастливее.

С: Вы же не собираетесь мне сказать, что вы не хотите другую страну?

У Ба Кин: Нет, господин, я бы взял ее.

С: Вы бы взяли ее, но все же не были бы счастливы. Ну, я не просто дам вам еще одну страну. Я вам дам континент. Вы же не скажете, что не хотите его?

У Ба Кин: Нет, господин.

С: То есть, вы будете счастливее?

У Ба Кин: Нет, не буду.

С: Неужели? Ну хорошо, я дам вам не просто континент, я дам вам всю планету, и еще Драгоценность Колеса Всеминого Монарха. Теперь уже не будет тревог и страхов. Повернув Драгоценность Колеса, вы станете Всеминым Монархом. Теперь вы будете счастливы?

У Ба Кин: Нет, господин.

С: Разве вы не почувствуете спокойствие и восторг?

У Ба Кин: Нет, не почувствую.

С: Почему нет, ученик?

У Ба Кин: Все равно остается жжение *лобхи*, *досы* и *мохи*.

С: О, оно еще здесь?

У Ба Кин: Оно еще здесь.

С: Итак, вы все еще не счастливы. Хорошо, а как насчет Сакки, Брахмы и царей Дэвов?

У Ба Кин: С ними то же самое.

С: Мы говорили, что они, должно быть, счастливы, а теперь вы говорите противоположное?

У Ба Кин: Объектами их ума все равно остаются *лобха*, *доса* и *моха*.

С: О, неужели? Пусть так. Если кто-то доживает до преклонных лет, всегда улыбаясь, а затем умирает, улыбаясь, найдет ли он мир в цикле рождения и смерти?

У Ба Кин: Он не найдет мир.

С: Куда же попадет этот улыбающийся парень?

У Ба Кин: Когда (хорошая) *камма* этого улыбающегося человека закончится, его судьба изменится.

С: Да, и где же закончит этот улыбчивый парень?

У Ба Кин: Из-за этой его улыбки, ум будет контролировать *лобха*, и его судьбой будут низшие миры.

С: Да, в самом деле... Я думал, быть счастливым — это хорошо. Разве не так? Я должен спросить вас: «Это хорошо»?

У Ба Кин: (Смеясь) Нет, совсем нет.

С: Окей, мы еще не счастливы. Но когда я спрашивал, будем ли мы счастливы позже, вы ответили, что нет. Вы сказали, что покоя нет.

У Ба Кин: Покоя нет.

С: Итак, сейчас покоя нет, а как насчет попозже? Будет ли чуть лучше?

У Ба Кин: Ничего не улучшится, господин.

С: А что случится в низших мирах...

У Ба Кин: Мы попадем на низшие планы.

С: Действительно? Итак, сейчас покоя нет; и его не будет позже. Что еще хуже?

У Ба Кин: Хуже будет позже.

С: О... Мы все думали, что мы вполне в порядке, но это не так. Но сейчас мы получили Учение Будды, и мы можем извлечь из него максимум того, что хотим, не так ли?

У Ба Кин: Да, можем.

С: Мы наделены способностью принимать Учение, и мы можем практиковать технику с непреклонностью. А будет ли счастье в следствие этой практики ослабевать по мере того, как мы продолжаем практику?

У Ба Кин: Нет, не будет.

С: Исчерпается ли оно когда-либо?

У Ба Кин: Нет, не исчерпается.

С: О, правда? Даю слово, это хорошее дело. Не так ли, мой дорогой ученик? А если мы будем использовать практику все время, непрерывно, израсходуется ли оно [счастье, — прим. переводчика] от этого, закончится ли?

У Ба Кин: Оно не уменьшится и не израсходуется.

С: Минутку. Мы удерживаем наше внимание сосредоточенным, когда сидим таким образом, но когда мы стоим, можем ли мы практиковать так же?

У Ба Кин: Можем.

С: А когда идем?

У Ба Кин: Можем.

С: Да, мы должны нести ношу нашего тела. Это не то же самое, что с другими предметами собственности. Когда вы тяжело работаете, чтобы приобрести разные драгоценности, золото, и вам это удастся, вы все-таки сохраняете их где-то, в определенном месте, полагаю. Но получив тело и ум, пять *кхандх*, можно просто жить, не напрягаясь, счастливо и не прилагая огромных усилий?

У Ба Кин: Нет, это невозможно.

С: Нам приходится нести на своих плечах нашу ношу. Мы не можем передохнуть даже на короткое время, не так ли? И для кого мы должны это делать, нести ношу наших тел, не делая никаких передышек?

У Ба Кин: Для себя.

С: Для пяти агрегатов.

У Ба Кин: Для пяти агрегатов, господин.

С: Да, мы должны работать, ученики. Если я практикую это осознание много, то я не пропущу счастья, которое исходит из этого. А можно это практиковать все время?

У Ба Кин: Это возможно, господин.

С: Очень хорошо. А оно будет уменьшаться?

У Ба Кин: Нет, господин, не будет.

С: А это утомительно — поддерживать это осознание?

У Ба Кин: Нет, не утомительно.

С: Вы при этом расходуете материальные ценности, которые вы приберегли?

У Ба Кин: Нет, господин.

С: Не расходуете. А как насчет вашей работы, это ей помешает?

У Ба Кин: Нет, не помешает.

С: А другие будут знать о вашей практике?

У Ба Кин: Они не заметят.

С: О, другие люди не заметят? Да, ученик, когда у нас Учение Будды, и мы практикуем его непрерывно, когда мы способны сосредоточить ум на объекте, мы не устаем, не так ли?

У Ба Кин: Не устаем.

С: Мы ничего при этом не расходует; нашей работе это не мешает, а другие этого даже не заметят. Вы получаете Учение быстро, а затем вы говорите себе: «Теперь я буду следовать этому Учению». Когда вы выражаете так свою волю и прилагаете усилие, то фактор *вирья-иддхипада* возникает, и вы придете к цели очень быстро. Если вы приступите к практике сейчас, ваш прогресс будет медленным или быстрым, ученики?

У Ба Кин: Зависит от обстоятельств, господин, иногда медленным, иногда ...

С: Нет! Подождите, подождите...

У Ба Кин: Да, господин.

С: Никогда не думайте об этом. Если я сосредоточиваю внимание соответственно Учению и удерживаю его с осознанием дыхания, – разве это невозможно?

У Ба Кин: Это возможно.

С: Это быстро или медленно?

У Ба Кин: Это быстро, господин.

С: Вы видите! Если вы установите усилие, возникает фактор *вирья-иддхипада*. Вы можете сказать, насколько быстро это происходит?

У Ба Кин: Да, господин.

С: Вы установили там внимание, и оно там удерживается?

У Ба Кин: Да, господин.

С: Когда я решаю его там расположить, оно там остается, не так ли?

У Ба Кин: Да, так.

С: Итак, если оно там удерживается, вы достигли счастья? Вы можете говорить так же быстро, как возникает это счастье?

У Ба Кин: Нет, господин, не могу.

С: Это же легко — достичь счастья, если вы этого хотите.

У Ба Кин: Да, господин.

С: Это высшая степень *кусалы*. Вы слышите? Это высшая из высших. Только если у вас есть *парамы*, вы можете родиться человеком и получить Будда-Дхамму. Этот вид *кусалы* невозможно описать цифрами. Вы понимаете? При этом шесть качеств Дхаммы имеют место; качества Будды, Дхаммы и Сангхи. Когда Будда учил этому, люди понимали. Среди шести качеств Дхаммы есть одно, которое мы называем *акалико*, не так ли? Что означает *акалико*?

У Ба Кин: Мгновенность.

С: Мгновенность означает, что как только вы фиксируете внимание, приходит результат. То есть если вы установите усилие с разумностью, результат возникнет быстрее, чем вы можете сказать «там». Вы даже подумать не можете с такой скоростью. Не так ли? Если вы установите осознание сейчас, если вы его здесь удерживаете, прилагая усилие, счастье возникает в то же мгновение. То есть мгновенно; у кого могут быть сомнения насчет этого?

У Ба Кин: Кто может усомниться в своем опыте?

С: Да, когда счастье возникло, его уже больше не ищут. Ответ приходит сам, не так ли? Это не занимает времени. Вы все умные люди, и вы поняли Учение мудрых и сострадательных, будучи молодыми, даже до того, как слова инструкций завершились. Итак, вы понимаете, что временами ваш ум будет думать, как ему вздумается, но давайте практиковать. Что происходит в уме, когда мы планируем практиковать, чтобы обрести *кусала*? «Я поработаю на *кусалу* попозже; а сейчас я быстро сделаю это». С вами такое не бывает?

У Ба Кин: Бывает.

С: Хорошо ли думать и говорить таким образом?

У Ба Кин: Нет, господин.

С: И тогда вы прилагаете усилие и фактор *вирья-иддхипада* возникает. Что правильно делать дальше?

У Ба Кин: Правильное действие – практиковать.

С: Да. Если вы хотите становиться счастливее и счастливее, вам нужно приложить усилие, как только вы получили инструкции Будды и приняли их. Тогда фактор *вирья-иддхипада* возникает. Когда он возникает на долю секунды, и вы его используете, он при этом расходуется?

У Ба Кин: Нет, не расходуется.

С: Он убывает?

У Ба Кин: Нет, не убывает.

С: Если вы решите, что счастье, которое вы обрели, уже вам достаточно и на сейчас, и на будущее, и если вы скажете: «Я не хочу продвигаться дальше», можете ли вы практиковать и не продвигаться?

У Ба Кин: Вы будете продвигаться.

С: А если вы практикуете не просто короткое время, а более долгое, вы достигнете того же, что и за короткий период практики?

У Ба Кин: Так достигнем большего.

С: Это хорошо, ученик. Это возможно, поскольку мы живем сейчас в благоприятную эру, потому что мы рождены в правильной форме существования, и потому что вы делаете правильные усилия. Тот, кто энергичен, получает правильный ответ, даже не спрашивая других. Очень хорошо. Вы слышите? Разве не так?

У Ба Кин: Так.

С: Так что даже если мы будем жить, испытывая это счастье все время, оно не будет убывать и не израсходуется. А что будет, если кто-то не хочет прогрессировать?

У Ба Кин: Это невозможно — перестать прогрессировать, господин.

С: Да. Если вы устремитесь к этому, могут возникнуть множество разных сложностей. А возможно достичь *бодхи* или нет?

У Ба Кин: Возможно.

С: Это возможно и сейчас, и в будущем. Поэтому давайте скажем: «Я не хочу продвигаться», и сосредоточим ум. Тогда возможно?

У Ба Кин: Невозможно не прогрессировать, если мы работаем.

С: Если мы работаем больше, то мы достигнем большего счастья?

У Ба Кин: Да, господин.

С: Мы можем достичь *бодхи*, а также мы можем выбрать время и место рождения. Мы можем тогда выбрать хорошее существование по своему желанию. Когда вы достигаете счастья, к которому стремитесь, что еще вам нужно?

У Ба Кин: Ничего другого, господин.

С: Вам не нужно ничего; вы просто должны выбрать. Это утомительно — выбрать?

У Ба Кин: Нет, господин.

С: Вы можете достичь этого в любое время. Есть четыре стадии Ниббаны. Это возможно лишь для некоторых видов Ариев (индивидуумов, которые достигли одной из четырех стадий)? Должны ли мы выбирать состояние Ниббаны?

У Ба Кин: Нет, господин.

С: А как насчет места?

У Ба Кин: Его не нужно выбирать.

С: Да. Все самостоятельно, без помощи других?

У: Да, это возможно.

С: А если в толпе? Если вы выйдете наружу из пагоды, это будет невозможно, я полагаю. Это легко, не так ли? Будда, всестрадающий и всемогущий, обучал многих людей, Дэвов и Брахм знанию, которое он постиг, проникнув самостоятельно в истину. Эти существа, полные доверия, после того, как получили Учение, смогли осуществить свои устремления.

Когда вы устанавливаете осознание, вам нужно установить непрерывное усилие. Есть много различных типов людей. Некоторые хороши в декламировании или чтении, некоторые в проповедовании или объяснении. У меня нет сомнений относительно вас, ученики, с кем бы вы не состязались, вы победите.

У Ба Кин: Да, господин.

С: Да, а другие, которые побеждают в своих речах, достигнут ли они чего-либо, если не практикуют?

У Ба Кин: Нет.

С: Ну, а в чем же трудность? Говорить утомительно, не так ли? Все, что нам нужно делать, — это прилагать усилия, чтобы устремления, которые мы приняли, довести до плода, и работать, подобно мудрецам былых времен. Когда мы понимаем, что должны заняться этой работой, наши умы сосредоточиваются. Вы очень заняты. Вы можете сказать: «Мы будем практиковать позже, когда будем свободнее». Приходят такие мысли?

У Ба Кин: Да, приходят.

С: Иногда ум бывает таким. Но я думаю, вы на самом деле не говорите таким образом?

У Ба Кин: Такое может случиться, господин.

С: Вы это честно?

У Ба Кин: Да.

С: Ладно, если вы хотите так сказать, не страшно. Но в будущем, вы могли бы сжечь эти загрязнения? У вас есть Учение Будды. Когда это случается с вами, устраните ваши сомнения. Постарайтесь найти ответы, не спрашивая остальных. Если вы сосредоточитесь прямо сейчас, разве вы не получите ответы немедленно? Разве вы это не можете?

У Ба Кин: Да, это возможно, господин.

С: Вы можете сосредоточиться, когда здесь сидите.

У Ба Кин: Да, господин, можем.

С: А возможно ли поддерживать счастье, которое вы обретаете таким образом, когда вы стоите?

У Ба Кин: Да, господин.

С: Да. А когда идете?

У Ба Кин: Также возможно.

С: Да, смотрите, это возможно всегда.

У Ба Кин: Если человек может поддерживать осознание, то это возможно.

С: Какие способности вам нужны? В этом же нет ничего трудного. Или же это все-таки трудно?

У Ба Кин: Когда человек обрел в этом сноровку, это больше не трудно.

С: Он говорит, что это невозможно — просто поместить свое внимание сюда [на точке под носом или над верхней губой, где воздух касается при вдохе и выдохе — прим. переводчика]. Просто расположите внимание здесь. Вот и все. Разве это так сложно?

У Ба Кин: Это легко, господин.

С: Это всегда было легко... Будда — несравненный. Он собирал заслуги без какого-либо отдыха. Он сам совершенствовал свои *парамы*, работая на благо всех, не так ли?

У Ба Кин: Да, это так.

С: А поскольку он смог накопить *парамы*, это легко и для нас сейчас, не так ли? Это легко. Как это делается сегодня? Вам нужно подняться счастливым и выполнить вашу работу. Далее, в зависимости от того, каковы ваши устремления, вы просто получаете блаженство, которого вы пожелали. Это очень легко. Не скромничайте. Не позволяйте себе думать: «Это невозможно для меня», «Это трудно для нас», «Это нам не подходит», «Это не мое». Нацельтесь на то, что желаете. Вы это получите. Разве не так?

У Ба Кин: Да, господин, это так.

С: Во времена Будды также Дэвы и Брахмы пришли к Будде, выразили ему почтение, и затем, когда они получили его Учение, они достигли всего; они осуществили все свои устремления, не так ли?

У Ба Кин: Да, это так.

С: А нельзя ли осуществить свое устремление, когда вы устанавливаете непоколебимое усилие, будучи царем? Мы можем перечислить имена царей, которые обрели полное понимание Дхаммы?

У Ба Кин: Их несчетное множество, господин.

С: Много богатых людей прилагали усилия и достигли понимания, продолжая работать в бизнесе. Не так ли?

У Ба Кин: Да, это так.

С: Разве это невозможно?

У Ба Кин: Это возможно, господин.

С: Вы можете посчитать сколько богатых людей это сделали?

У Ба Кин: Нет, господин.

С: А как насчет людей, которые не были ни царями, ни богатыми людьми?

У Ба Кин: Их несчетное множество.

С: Все те, кто получил Учение и следовал ему прилежно, осуществили свои желания, не так ли?

У Ба Кин: Да.

С: И люди, и Дэвы, — все они смогли, ученик-мирянин! А как насчет сегодня, ученик-мирянин? Период тот же, возможности те же, план существования тот же. Если мы просто установим усилие и примем Учение, нужно ли нам еще выбирать время для практики?

У Ба Кин: В этом нет необходимости.

С: В самом деле?

У Ба Кин: Это так, господин.

С: Да! Время и форма существования правильны. Вы можете достичь своих устремлений, когда захотите, не так ли?

У Ба Кин: Это верно, господин.

С: Да! Вы понимаете? Прежде они не практиковали, поскольку были заняты. Как же быть с этим: «Я буду практиковать, когда освобожусь»? Нужно ли нам устанавливать время таким образом?

У Ба Кин: Нет необходимость откладывать на какое-то время.

С: Что случится, если мы будем практиковать, лишь когда свободны? Если мы остановимся в практике, то мы не достигнем того, что мы могли бы достичь. Но сейчас мы

делаем нашу работу и также еще что-то; мы также осуществляем наши устремления. Мы выполняем две вещи в одно и то же время, не так ли, ученики миряне? Что лучше: выполнить одно или два дела в одно и то же время?

У Ба Кин: Лучше, чтобы оба дела были сделаны одновременно, господин.

С: Вы видите? Имеет смысл оставаться занятым. Но даже если так, и я говорю, что стоит оставаться занятым, не начинайте наслаждаться тем, что вы заняты, просто ради того, чтобы быть занятым — если вы хотите осуществить Учение, я имею в виду. Не стоит просто продолжать бегать кругами все время. Если вы установите *вирья*, в то же время фактор *вирья-иддхипада* возникнет. Придерживайтесь этого твердо. Если вы сказали, что хотите сделать эту работу, но продолжаете отвлекаться туда-сюда, ваше продвижение будет медленным. С другой стороны, если вы установите свое осознание и удержите его, работая счастливо, тогда вы будете продвигаться. Как насчет этой работы, которую вы не можете избежать, которую необходимо сделать?

У Ба Кин: Мы также и с ней будем продвигаться.

С: Да, ученики-миряне. Вы получите результаты не только в благородной работе, вы получите намного больше еще и кроме этого. То, что я говорю, — это то, чему учил Будда. Я ничего не добавляю. Теперь вы все прилагаете большие усилия, не так ли? Я просто хотел предупредить вас. То, что я только что упоминал [касательно того, чтобы быть слишком занятым], может иногда случаться.

Когда у вас отпуск, вы решаете прийти сюда и медитировать несколько дней. Затем вам приходится возвращаться домой к работе, и у вас уже нет свободного времени. Вы не возвращаетесь [к практике, — прим. переводчика]. Бывает у вас такое иногда?

У Ба Кин: Да, бывает.

С: Тогда вы забрасываете медитацию, я думаю, не так ли? Не забрасывайте ее. Продолжайте с этим осознанием, и в то же время делайте вашу работу. Так вы делаете две вещи одновременно. Вы выполняете обе. Если вы прекратите вашу работу на время досуга, у вас будет лишь одно преимущество. Ваши устремления, которые вы выполняете, — это неординарная вещь, не так ли? Вы можете достичь высшего, самого благородного блаженства.

Итак, каковы же эти устремления, которые вы собираетесь осуществить? Есть различные формы *бодхи*. *Бодхи* означает проникающее понимание Четырех Благородных Истин. Если вы устанавливаете усилие, говоря, что вы желаете получить его, вы можете осуществить все ваши различные устремления к *бодхи* прямо сейчас. Это — не что-то ординарное.

Как вы собираетесь осуществить ваши устремления? Каждый вид устремления нужно выполнять соответствующим образом: *самма-самбодхи* как *сама-самбодхи*, *пачека-бодхи* как *пачека-бодхи*. Мы должны понимать его соответственно, если мы хотим понять его правильно. Это подобно тому, как мы сажаем зрелые семена. Если пойдет дождь,

растение взойдет. Итак, здесь растение получает хороший уход, когда вы возвращаетесь домой, у него глубокие корни, и оно сильное. Возможно ли описать, насколько это время, данный период хорош? Сейчас все так легко, ученики-миряне! Скажите мне, разве в данный период вас угнетают заботы, так что приходится стонать и плакать?

У Ба Кин: Нет, господин.

С: Разве это то время, когда мы можем лишь в потрясении смотреть, широко раскрыв глаза?

У Ба Кин: Нет, господин.

С: Это период, когда мы можем быть счастливы и испытать блаженство немедленно, когда мы не можем насытиться этой радостью. Вы получаете даже больше, чем вы хотели. Вы получаете даже больше, чем то, к чему вы стремились, не так ли, ученик?

У Ба Кин: Да, господин.

С: О, да. Вы никогда не будете усталым, ни в данный момент, ни до конца самсары. Каково Учение Будды? В нем нет ничего, что вызывает стресс или горе, не так ли? Ничего такого нет! Есть лишь чистое счастье!

Но есть одна вещь, однако; ум может запутаться во множестве мыслей, и я не думаю, что эти мысли имеют какое-то отношение к делу. Итак, если вы решаете укрепиться в этой практике, я не думаю, что те мысли, сомнения останутся на заднем плане у вас в уме. Может ли это как-то помешать вашему успеху?

Ум будет думать то, что хочет. Позвольте ему! Следуйте Учению. Вы понимаете? Когда вы доберетесь до цели, вы, вероятно, обнаружите, что это не то, что вы ожидали. Такое случается с людьми, не так ли?

У Ба Кин: Это случалось много раз, господин.

С: Да, это случается. Дорогие ученики-миряне, я вам рассказываю лишь немного. Те из вас, кто работает усердно, подумают: «Этот монах не склонен нам рассказать все полностью. Он, наверное, совсем не расположен делиться, что касается части его знания». [Все смеются.] Вы, наверное, подумаете: «Это величественнее, чем он сказал». Если вы стремитесь к истинному счастью и, идя по этому пути, достигнете цели, вы испытаете что-то, что невозможно описать никакими словами. Однажды решив: «Я буду стараться, чтобы все узнать самому», затем больше не откладывайте. Не медлите. Вы слышите? Это настолько высоко. Это настолько прекрасно, ученики-миряне. Работайте во всю силу. Вы понимаете? Вы все люди, способные на великие усилия, не так ли?

У Ба Кин: Почти все из нас, господин.

С: Да. Хорошо, хорошо. Вы будете работать, не жалея сил, не так ли? Видите ли, когда вы сами приблизитесь к цели – а для многих из вас даже до этого момента, — окажется, что

вы сможете давать это счастье другим. Вы никогда не будете чувствовать, что не хотите давать. Вы захотите отдать очень много, очень много.

У Ба Кин: Это правда, господин. На курсах, которые мы сейчас проводим, три или четыре ученика уже через три дня плачут горькими слезами, сожалея, что не пришли раньше.

С: Да, так бывает.

У Ба Кин: Они думают: «Мне следовало прийти раньше!»

С: Да, такое случается! Работайте со старанием, чтобы достичь самого высшего. Это место [Международный медитационный центр в Рангуне – прим. переводчика] очень хорошее.

У Ба Кин: Это место, которое вы благословили, достопочтимый Саядо.

С: Это ядро. Это первый из множества центров. Вы слышите меня? Пусть это счастье медленно распространяется из этого места. Да, да, вы должны много работать, усердно и со старанием. Работать — означает, что вы должны медитировать время от времени, а затем через какое-то время, вы захотите отдохнуть. Такое случается здесь?

У Ба Кин: Нет, господин.

С: Не случается?

У Ба Кин: Если ученики начинают медитировать в 12:30, они выходят из своих комнат для медитации лишь в 5:00 часов вечера. Вначале они действительно делают перерывы, но после двух или трех дней они не выходят больше на перерыв.

С: Да, вы видите! Это так! Высшее блаженство не может быть описано в словах. Но ум похож на мага. Хотя вы и медитируете таким образом, хотя вы медитируете спокойно, отрицательные мысли могут возникнуть: «Ох, медитация так утомительна! Как я могу чего-то достичь? Я не могу». Разве не так?

У Ба Кин: Точно так, как вы сказали. Они действительно так думают.

С: Да. Ваш ум может обманывать вас, но после того, как вы установите правильное усилие, вас уже не обмануть, — или это все-таки возможно?

У Ба Кин: Нет, господин, невозможно.

С: Это может быть лишь в период до того, как вы действительно знаете, лишь до этого вы можете себя обмануть.

У Ба Кин: Да, господин.

С: Несмотря на это, вы можете говорить себе, что вы медитируете слишком долго — сейчас время отдохнуть.

Дискурс IX

Сила Терпения

Вебу Саядо: Однажды Вепачитта, царь Асуров, и Сакка, царь мира Дэвов из Тридцати Трех (Таватимса), воевали (1).

(1) см. *Sayings I* 283–287

Асуры были побеждены, и Сакка пленил их царя, связал его пятью веревками вокруг шеи и заточил в зал собраний Дэвов, Судхамму. Царь Асуров, конечно, не мог выносить этого и был переполнен гневом. Когда Вепачитта видел, как Сакка входит в свой царский дворец, он поливал его грязной бранью, поносил и проклинал из своего заточения. Когда Сакка выходил из своего царского дворца, Вепачитта не мог сдержаться от сквернословия, клеветы и оскорблений в адрес царя Дэвов. Но Сакка оставался спокойным и невозмутимым.

Когда колесничий Сакки, Матали, увидел это, он сказал Сакке: «Господин, этот царь Асуров оскорбляет вас снова и снова. Вы принимаете это так спокойно потому, что боитесь его?»

Сакка ответил: «Юный друг, этот царь Асуров в моей власти. Я могу поступить с ним, как захочу». «Тогда почему вы принимаете поведение этого царя, ваше величество?», - спросил Матали. «Он в моей власти, - ответил Сакка. — Я могу наказать его, как захочу, но, несмотря на это, я терплю его речи, поношения и клевету».

Почему Сакка действовал так? Потому что он понимал огромное благо, которое приносит терпение. Хотя он знал, что может сделать все, что захочет, со своим пленником, — а этот заключенный не смог бы ему ответить, — Сакка оставался спокойным и терпеливым. Будда сказал, что это — высшая форма терпения: переносить даже тогда, когда вы не должны, даже когда вы можете изменить ситуацию. Конечно, практиковать терпение хорошо и тогда, когда у вас нет выбора, но терпеть по своей воле — это высшее и наилучшее из всех видов терпения.

Сакка обладает огромной силой, но если бы он реагировал на подобные оскорбления, не будучи более сильным, что бы тогда случилось с ним?

Ученик: То же самое, что и с царем Асуров, — он бы оказался побежденным и должен был бы испытать тюремное заключение. Ему бы пришлось страдать.

С: Да, конечно. Кто бы ни попытался быть кем-то, кем он не является, он должен будет много страдать, не так ли?

Поэтому, хотя он мог бы совершить действие, он соблюдал эту практику развития терпения в уме, и это очень благородно. Благородные прошлого практиковали это во все времена. Сакка практиковал это, как я вам говорил, и Бодхисатты тоже практиковали это,

не так ли? Когда Бодхисатта родился как Нага, царь Бхуридатта, он был очень богат (1). У него было столько же богатств, сколько у Сакки.

(1) см. Бхуридатта-джатака (номер 543). В той жизни Бодхисатта был рожден как Нага. Желая вырваться из того мира в будущем, он регулярно придерживался дней Соблюдения (Упосатхи) на человеческом плане. По ряду несчастливых обстоятельств его обнаружил заклинатель змей, подмешал ему яд, и избивал его, пока не были перебиты все его кости. Но поскольку Бодхисатта соблюдал дни Упосатхи со всей строгостью, он со всей решимостью удерживал свой ум свободным от желания, зависти, интоксикации и гнева, он не реагировал на атаки Брахмана. Обретя власть над ним, заклинатель змей стал использовать его, зарабатывая на жизнь в городах и деревнях. Через какое-то время один из братьев Бодхисатты освободил его, а Брахман стал прокаженным.

Отставив в сторону все свое богатство, он решил соблюдать предписания Упосатхи. Но когда он соблюдал Упосатху, заклинатель змей проходил мимо и нашел Бодхисатту. Но по сравнению с Бодхисаттой у него вообще не было сил. Какой силой был наделен наш Бодхисатта?

У: Я не знаю эту историю из Джатаки, господин.

С: Вы ее прекрасно знаете. Вы просто боитесь, что устанете, если будете должны ее рассказать. Итак, сила Бодхисатты была огромна, он мог превратить кого-нибудь в пепел, лишь глянув на него краем глаза. Поэтому как заговоры этого заклинателя змей могли подействовать против Бодхисатты? Они вообще были бесполезны! Но Бодхисатта не шевелился, поскольку он опасался нарушить моральные предписания (*сиилу*). Он даже не открыл глаз. Итак, заклинатель змей использовал свои трюки против него и обрел власть над ним. Затем он нанес ему много вреда. Если бы Бодхисатта не хотел, чтобы его беспокоили, он мог бы улететь в небо. Он мог бы нырнуть под землю. Или же, как мы говорили, он мог бы бросить на заклинателя змей косой взгляд. Или же он мог бы принять вид Сакки или великого Брахмы, не так ли?

У: Он мог бы, господин.

С: Но он не делал ничего из этого. Поэтому заклинатель змей взял его силой и положил сильнодействующие яды ему в рот. Когда он это делал, наш Бодхисатта практиковал божественную чистоту ума и не реагировал даже на это. Он так поступал, потому что был слабее заклинателя змей?

У: Нет. Он был силен, но он практиковал терпение.

С: Почему он терпел?

У: Он был благородной личностью и стремился к Буддовости, и он развивал совершенства (*парами*), господин.

С: Если бы такое случилось с вами, когда вы соблюдали Упосатху, вы бы так же поступили?

У: Я бы не смог этого выносить, господин. Если человек, совершающий такие действия, оказался бы слабее меня, в этом случае я бы ему всыпал.

С: А если бы вы были тем, кто обладает великими силами?

У: Я бы, конечно, их использовал, господин.

С: Вы бы остались спокойным, даже не открывая глаз?

У: О нет, господин. Я бы их открыл, и очень широко.

С: Если вы будете действовать так, вы обретете то, что вы хотите?

У: Нет, господин.

С: Да, вы понимаете, что я имею в виду. Бодхисатта действовал таким образом. Но это был не конец. Его били так, как рабочий прачечной выбивает одежду, когда идет стирка, но он не реагировал и даже не двигался. Бодхисатта следовал командам заклинателя змей довольно долго, оставаясь спокойным. Он делал то, что заклинатель змей ему говорил и даже более того. И он это делал, чтобы достичь того, к чему он стремился. Это накопление совершенств. Он выполнял это на самом высшем уровне. А результаты, которые он получил, разве они были ниже тех, что получают другие?

У: Нет, господин. Он получил результаты, которые более высоки и благородны.

С: Он практиковал, чтобы достичь высшего уровня совершенства. И так, если человек проявляет терпение, поскольку у него нет выбора, это тоже хорошо, но если человек не проявляет терпения, когда должен, то что случится?

У: Он будет страдать, господин.

С: Да. Я объяснил сейчас немного о терпении. Если бы я объяснял полностью, этому не было бы конца. Терпение дает благоприятные последствия и сейчас, и до конца *самсары*. Если вы хотите быть счастливы в настоящем, вам нужно работать над вашим терпением. Если вы хотите быть счастливы в будущем, вам нужно работать над вашим терпением. Если вы хотите что-то сделать, осуществить что-то в вашей текущей жизни, то развивайте терпение и воздержание.

Разве царь Нага не выполнял этого?

У: Выполнял, господин.

С: Да, царь Нага Бхуридатта укрепился в соблюдении и соблюдал моральность (*сиила*). Если бы он просто избегал трудностей, он бы приобрел что-нибудь?

У: Нет, господин.

С: Если бы он вырвался в небо, когда заклинатель змей пришел, разве бы он встретился с ним и мог развить совершенство терпения и воздержания?

У: Нет, господин.

С: А если бы он принял вид Сакки?

У: Он и в этом случае не смог бы получить результаты, господин.

С: Но он не воспользовался силами таким образом. Если бы он лишь взглянул на него, подумав: «Этот человек докучает мне», что бы случилось тогда?

У: Заклинатель змей превратился бы в пепел, господин.

С: Но он ничего такого не сделал. Хотя заклинатель змей не имел никакой власти над ним, он спокойно принимал от него все неприятности, чтобы достичь совершенства. Он даже не хотел шевелиться. Он отправился туда, чтобы соблюдать предписания Упосатхи, и решил, что заклинатель змей может с ним делать, что захочет. Поэтому он выдержал все. Раз уж он принял обязательство, он ему последовал.

Как насчет вас? Когда вы принимаете соблюдение Упосатхи, когда вы решаете соблюдать Упосатху, вы ее соблюдаете, не так ли?

У: Да, господин. Мы соблюдаем Упосатху.

С: Когда вы принимаете моральные предписания, вы соблюдаете их полный день, не так ли?

У: Да, господин.

С: После принятия моральных предписаний, вы придерживаетесь их во что бы то ни стало, что бы ни случилось?

У: Мы не принимаем всего, господин.

С: А разве вы не посвящаете весь день практике?

У: Нет, господин. Мы не практикуем весь день.

С: Какую часть дня вы занимаетесь?

У: После принятия предписаний Упосатхи мы пытаемся продвигаться вперед один день, но иногда мы на самом деле движемся в противоположном направлении дольше дня, господин.

С: Насколько дольше?

У: Может быть полтора дня, господин.

С: То есть вы берете предписания *сиилы* на день, а затем вы нарушаете за день на полтора дня. Достаточно ли усилий вы прилагаете?

У: Нет, господин.

С: Установив энергичные усилия (*вирья*), мы можем осуществить все с помощью терпения и выносливости. Можно ли их прилагать всюду? Когда вы возвратитесь домой отсюда, вы встретите чувственные объекты, которые вам нравятся, а также объекты, которые вам не нравятся. Вы постоянно встречаете эти два вида объектов. Вы согласитесь, что вам приходится сталкиваться постоянно с этими двумя видами объектов, — то с одними, то с другими?

У: Всегда есть объект чувств, который нам нравится, или же объект, который нам не нравится, господин. Один из этих двух типов проявляется в каждый момент.

С: Когда вы встречаете один из них, терпите! Если вы проживаете жизнь с терпением и воздержанием, что случается, когда вы встречаете такие объекты чувств?

У: Если мы встретим приятные объекты, мы отвергнем их при помощи наших усилий. Если мы встретим неприятные объекты, мы установим наши усилия еще более прочно и отбросим эти объекты.

С: Действительно? Итак, вы встречаетесь с приятными чувственными впечатлениями, проникнут ли к вам в ум неискусные состояния?

У: Именно потому, что это может случиться, чтобы не дать им возникнуть в уме, мы должны установить терпение и прилагать усилие.

С: А если много подобных впечатлений придут к вам?

У: Тогда нам нужно больше терпения, господин.

С: Если их будет лишь немного?

У: Тогда нам понадобится лишь немного терпения, господин.

С: Ладно, когда вы придете домой, и дети будут разговаривать, шуметь — создавать лишь немного шума, но достаточно, чтобы вы нашли его несносным, — что вы сделаете?

У: В этом случае я приложу усилие, чтобы сохранить терпение.

С: Если вы так поступите, разве это будет полезно?

У: Будет, господин.

С: А что, если они станут более шумными и более несносными?

У: Тогда мне придется приложить много усилий, чтобы это выдержать, господин.

С: Правда? Вы действительно так поступите?

У: Я так сказал, чтобы дать правильный ответ, господин.

С: Вы еще не поехали домой, но вы уже сейчас начали практиковать. Когда вы практикуете это, вы становитесь сильным. Это вовсе не утомительно. Или вы полагаете, что вас утомит жизнь с терпением?

У: Нет, господин, это не утомляет.

С: А это стоит вам чего-нибудь?

У: Это ничего не стоит, господин.

С: Вы что-либо теряете при этом?

У: Посредством терпения и отречения мы обретаем многое, господин. Мы ничего не теряем. Но нам недостает веры, усилий, искусности и мудрости, господин.

С: Если вас смущают подобные мысли, вы думаете: «Должен ли я это сделать сейчас? Нужно ли это делать?» Затем вы будете в смущении. Просто помните, что вам необходимо терпение. Могут приходиться мысли: «Должен ли я предпринять это или то? Поискать ли мне это или то? Если этого нет, все будет напрасно». Но вам следует делать то, о чем мы говорили, думайте лишь об этом.

У: Вы имеете в виду, что нам следует лишь быть терпеливыми, господин?

С: Да. Если вы будете так действовать, благодаря терпению все будет хорошо. Что бы это ни было, оно будет в порядке.

Когда я был еще молодым монахом, бирманцы в этой стране были не слишком культурны, а индусы — были... Когда я выходил за сбором подаяния, был один старый индус, который бежал ко мне, чтобы предложить подарок или подаяние, как только меня видел. Несмотря на свой преклонный возраст, этот старый индус, пошатываясь, ходил по улицам, продавая вещи, а когда он видел меня, он прибежал, даже начиная бежать издали, чтобы дать дану.

А почему я говорю, что наши бирманцы не были культурны? Родители давали деньги детям, а те покупали на них сладости и другую еду. Старый индус продавал то, что они могли себе позволить купить. А как они кричали, чтобы его подзвать? Они кричали: «Эй, индийская собака!» Они так его звали. Вы слышали?

Итак, дети его так подзывали со всех сторон, и что он делал? Он шел к ним, улыбаясь. Он продолжал улыбаться, и если кто-то первым его так позвал, он шел сначала к нему. Он к ним подходил, а они продолжали звать его «индийская собака». Он не думал: «Ох, эти мальчишки так называют меня, чтобы купить то, что стоит пенни, — меня, пожилого человека, достойного уважения»... Нет, он просто прилагал усилие и подходил к этим мальчишкам.

Что бы вы делали, если бы малые дети называли вас так, как они называли этого старика?

У: Я бы, конечно, разозлился, господин.

С: Вы бы просто разозлились и оставались молчаливым?

У: Я бы не оставался молчаливым, господин. Быть может, я бы даже отшлепал этих детей.

С: А тогда вы бы получили ваш пенни? И к тому же, что бы произошло далее, как думаете?

У: Бирманцы бы побили меня, господин.

С: Да, вы видите, этого не случилось с ним. Он не создал также никаких неумелых состояний ума. Он не злился.

Это то, с чем я столкнулся, когда ходил собирать подаяние, будучи молодым монахом. Несмотря на то, что его так называли, он не злился.

Если бы он разозлился, это было бы благотворным (*кусала*) или неблаготворным (*акусала*) действием?

У: Неблаготворным, господин.

С: Итак, вы все хотите обладать терпением, согласно Учению Будды, не так ли?

У: Хотя мы желаем практиковать Учение в некоторой степени, мы не обладаем терпением в такой мере, господин.

С: Не отвлекайтесь другими вещами. Занимайтесь лишь одним делом: будьте терпеливыми. Вы понимаете? В какой бы мере люди, живущие с вами, не огорчали вас, просто практикуйте это для себя. Что было бы, если бы люди всегда совершали правильные действия?

У: Мне бы это очень понравилось. Но даже если они действуют хаотично, мне следует оставаться спокойными и приятным, зная, что если жадность возникнет, это будет неблаготворно для меня, господин.

С: Но что вы будете делать, если это станет чересчур?

У: Я буду терпеть.

С: Да. Помните лишь это. Не беспокойтесь ни о чем ином. Если вы посмотрите в эту книгу или в ту книгу, чтобы почитать, что они там пишут, ваша личная практика пострадает от этого. Если же вы будете упражнять себя лишь в этом одном, вы сможете достичь всего.

Дискурс X

Как обманули Махо-Кассапу

Вебу Саядо: Есть царь плана Дэвов Таватимса, которого зовут Сакка, не так ли?

Ученик: Да, господин.

С: Да, действительно. Сакка, царь мира Таватимсы, действительно существует. Итак, как он стал Саккой, властелином Таватимса Дэвов? Какие заслуги он накопил?

У: Он накопил заслуги в прошлых жизнях, господин (1).

(1) См. *Kindred Sayings* I 293–295.

С: Одно дело накопить заслуги в то время, когда учения Будды доступны, но усилия Сакки были велики даже в те времена, когда Учение еще не было доступно; он полагался только на свои усилия. Он был богатым человеком. Ему не нужно было беспокоиться о еде и питье, и ему не нужно было тратить ни кията, ни полкията на свое пропитание. То есть он не был обременен такого рода вещами. Что же он делал? Он нанимал умелых торговцев и работников и сам работал с ними вместе день и ночь без отдыха. Чем он занимался? Он работал для благополучия людей. Он копал колодцы и баки для воды там, где их не было. Он строил хорошие дороги для путешественников и таким образом прожил свою жизнь, работая для счастья других. Когда он работал около своего дома, он жил дома. Но когда его проект осуществлялся в отдаленном месте, он работал, даже не возвращаясь домой. Он был счастлив, когда другие поступали честно, и с ним работало много людей. Работая таким образом, не делая перерывов, не отдыхая, можно встретить настоящее и будущее. Сакка работал, не отдыхая до конца своей жизни, и благодаря этому он стал Саккой.

После того, как Будда достиг просветления, и в мире возникла Тройная Драгоценность, существа рождались в мире Таватимса в конце их распределяемых жизней посредством силы заслуг, обретаемых ими при почитании Будды, Дхаммы и Сангхи. Поскольку Сакка – царь этого плана, другие Дэвы должны были приходить и выказывать ему свое почтение и уважение. И что же случилось? Теперь эти Дэвы и Дэви [Дэвы женского пола, — прим. переводчика], которые попали в мир Таватимса в результате лишь небольших услуг Тройной Драгоценности, также приходили выразить почтение Сакке, но их одежды, их тела, их транспорт и дворцы так ярко и роскошно сияли, что одежды царя Сакки, его тело и его дворец выглядели тускло, еле различимо в ослепительном свете – вот что произошло (1).

(1) Эту историю можно посмотреть в «*Buddhist Legends*» II 86–89.

На самом деле роскошные цвета Сакки и его роскошь не исчезли, но их затмило сияние этих Дэвов, и поэтому они выглядели тускло. Его просто не было больше ясно видно. Это было подобно звездам и луне. Когда они сияют и вспыхивают ночью, вы на них смотрите и видите. Но когда наступает рассвет, небо залито светом. Восходит солнце, и что происходит? Свет звезд и луны все еще есть?

У: Их свет на месте, господин.

С: Вы можете его видеть?

У: Свет солнца затмевает их, господин.

С: Но вы все еще можете видеть луну и звезды? Куда они исчезают?

У: Они никуда не исчезают, господин. Они все еще на месте, но, поскольку свет солнца столь яркий, мы не видим их, господин.

С: То же самое произошло и с Саккой. Дэвы и Дэви, рожденные в мире Таватимсы, благодаря их заслугам, обретенным при выражении уважения и почтения Будде и его Учению, оказались подобны восходящему солнцу, и цвет и сияние, исходящие от Сакки, словно угасли в затмении. Теперь, — о мои дорогие, — ему стало так стыдно, что он не знал, как быть, будучи окруженным этими Дэвами. Он желал, чтобы его голова раскололась на множество частей. Вот каким униженным он себя чувствовал при этом.

Когда эти Дэвы прибывали ко дворцу Сакки, сияние его одежд, его тела и его окружения просто меркли — столь огромна была разница между заслугами, накопленными в рамках Сасаны, и заслугами, накопленными вне Сасаны. Теперь Сакка был столь смущен и испытывал такое неудобство, что он больше не смел выходить, и он, кажется, начал прятаться.

У: Я думаю, что Сакка был очень огорчен, господин.

С: А вы не огорчились бы?

У: Я бы тоже был очень расстроен, господин.

С: Хотя он был царем, ему было очень тяжело. Вы видите, и те, и эти действия — хорошие (*кусала*) и приносят заслуги, но достаточно лишь малых усилий в Сасане — и вы получаете так много. В этом разница. Но Сакка не мог поменять то, что произошло в прошлом. Лишь позднее он снова стал могущественным. Он понял: «В самом деле, благотворительность и другие добродетельные действия, совершенные в рамках Сасаны, несравненно велики. Они намного значительнее, чем действия, совершенные вне Сасаны». Но хотя он понял это, он ничего не мог с этим сделать. Ему пришлось дальше жить, как он жил. Когда он понял важность благих дел в Сасане, он сказал Дэвам и Дэви из своего окружения совершать хорошие действия, и они сразу же начали действовать. Они отправились туда, где жил Достопочтимый Маха-Кассапа, и монах спросил их: «Откуда вы пришли?». Они ответили: «Мы пришли из мира Таватимсы с намерением совершать добродетельные действия, достопочтимый господин».

Маха-Кассапа сказал однако: «Сегодня я намерен дать возможность страдающим существам возвыситься над их условиями, осуществляя хорошие (*кусала*) действия. Поскольку вы — привилегированные существа, вы можете возвращаться туда, откуда пришли». Поэтому им пришлось возвратиться в мир Таватимсы, не обретя никаких заслуг.

Когда они вернулись к Сакке, тот подумал про себя: «Но я должен как-то заполучить эти особые заслуги». Он знал, что было очень хорошо выражать почтение благородным монахам, когда они выходят из состояния Завершения (*ниродха-самапатти*), поэтому он превратился в старика, недалеко от Раджагахи, — очень-очень бедного старика, у него не было ни сыновей, ни дочерей, ни внуков, которые бы могли смотреть за ним. Он должен был работать, чтобы прожить, хотя его тело было хилым и дрожащим. Он также создал

маленькую шаткую хижину, где он жил без каких-либо удобств. Царица Сакки, Суджата, тоже превратилась в дряхлую старуху с дряблыми веками и сморщенной кожей. И оба они жили в сельской местности.

Когда же Маха-Кассапа увидел их, он подумал: «Эти бедные старики – сама бедность, и они достойны жалости. Им приходится работать за еду и питье, несмотря на свой преклонный возраст: восемьдесят или девяносто лет. Сегодня я предоставлю этим двум страдающим возможность возвыситься над их условиями». И он остановился на достаточном расстоянии от их хижины. Сакка и Суджата, разумеется, лишь изображали бедность. Все еще продолжая изображать бедность, они медленно открыли глаза и прикрывали их руками, словно они пытались увидеть лучше. Затем они приблизились к Маха-Кассапе.

«Достопочтимый господин, — спросили они, — не вы ли Достопочтимый Маха-Кассапа? Мы очень бедны, но нам все еще приходится работать, чтобы поддерживать наше повседневное существование. Но с тех пор, как вы пришли сюда, достопочтимый господин, мы сможем вам служить как ученики. Дайте нам, пожалуйста, обрести заслуги».

Им нужно было обмануть его, вы видите, потому что, если бы их обман обнаружили, они не смогли бы осуществить то, что хотели. Поэтому они подошли к Маха-Кассапе очень застенчиво, смиренно и положили восхитительную еду в его чашу. Они подали еду правильным образом, и порции были обильными. Когда Сакка предлагал еду, он сказал: «Поскольку мы уважаем щедрость и тех, кто получает щедрые дары, мы преподносим эту еду сами, своими руками, с глубоким уважением, господин».

Небесная еда, разумеется, издавала очень приятный аромат. Маха-Кассапа исследовал происходящее и осознал, что сделали Сакка и Суджата. Он не осознавал этого прежде. Только когда он углубился в суть, он понял, что произошло. Как он мог знать, не проведя исследования? Несмотря на то, что он был Арахатом, наделенным огромной силой и сверхнормальным знанием, он не знал вещи автоматически.

У: Он не знал, поскольку не сосредоточился на этом предмете, господин?

С: Пока Маха-Кассапа не сосредоточился на данной материи, он не знал об этом.

У: Именно поэтому он был введен в заблуждение, господин.

С: Но теперь Маха-Кассапа сказал: «Вы — Сакка, не так ли?»

«Это так, господин, — ответил Сакка. — Мы это сделали, господин, поскольку мы испытывали так много страданий и огорчений».

«Вы живете в блаженном существовании с огромными богатствами и всевозможными удовольствиями, не так ли?», — сказал Маха-Кассапа.

«Да, — ответил Сакка. — Я наслаждаюсь всем этим, господин. Я обрел все эти силы и удовольствия благодаря заслугам, которые я получил до того, как появилась Будда-

Сасана. Теперь, когда возник Будда, существа перерождаются в мире Таватимсы вследствие очень малых дел, которые они совершают. Когда они приходят, чтобы оказать мне почтение, они сияют столь ярко, что мой блеск затмевается настолько, что его не видно. И не только это, — когда они подходят к моему дворцу, я вынужден прятаться, господин».

Ему приходилось прятаться, потому что ему было стыдно, понимаете. Он страдал очень сильно. Он был могущественным царем, но он страдал, когда его подданные приходили и ожидали его. Он был бессилён изменить ситуацию, и весь его мир словно разваливался. «Лучше бы моя голова распадалась на куски», — думал он. Поэтому он сказал Маха-Кассапе: «Мы тоже страдающие существа».

Итак, когда он успешно обрел больше заслуг, он тоже начал сиять. Теперь бедный Сакка мог улыбаться и снова наслаждаться.

Вы видите, он накопил в прошлом заслуги, но заслуги, обретенные вне периода Будда-Сасаны, и заслуги, обретенные в период Будда-Сасаны, так сильно отличаются. Здесь нет никаких преувеличений. Поэтому сейчас — самое правильное время. Это хорошее существование, не так ли?

Дискурс XI

Младший брат Дхамма-Ашоки

Император Дхамма-Ашока получил Учение Будды, и, поскольку он следовал инструкциям и читал их, он смог распространить их по всему Индийскому субконтиненту (1).

(1) Информацию о младшем брате Ашоки, Тисса-кумаре (позднее известном как монах Экавихарья, «тот, что живет в одиночестве») см. по сноске на это имя в *Палийском Словаре Имен Собственных*.

Он позаботился о том, чтобы религия Будды была несравненной и превыше всех других. Однако его младший брат, наследный принц, жил, как ему нравится. Однажды, когда ему было скучно и нерадостно, он пошел в лес на прогулку и наблюдал, как лани беззаботно играли, наслаждаясь жизнью. Пока он на них смотрел, ему пришла такая мысль: «Эти лани наслаждаются жизнью, питаются лишь травой и листьями деревьев, а мой брат император преподносит как подношение только самую лучшую и изысканную еду монахам. Места, которые он им предоставляет, тоже самые лучшие и высшие. Эти монахи, которым он преподносит восхитительные вещи, которых он почитает и которым предоставляет лучшие жилища для жизни, также должны играть и наслаждаться в полной мере, раз даже лани, которые едят траву и листья, так прекрасно проводят время». Когда он вернулся в царский дворец, он подошел к императору и поведал ему свои мысли. Император подумал: «Ну, объяснять ему эту тему не имеет никакого смысла, он все равно не поймет. Стоит подождать немного. Постепенно, потихоньку я дам ему понять». Поэтому император сохранял молчание.

Позже император узнал о принце кое-что, что ему вообще не понравилось. Император сделал вид, что гневается, и вызвал своего младшего брата. «Ты мой младший брат, и, как мой брат, ты насладишься роскошью и счастьем императора в течение семи дней. Когда пройдут семь дней, я прикажу тебя казнить». И он издал соответствующий приказ. Затем он передал свою царскую власть наследному принцу и повторил, что тот будет на троне всего лишь семь дней, а после этого его убьют. Таким образом, принц должен был умереть по прошествии семи дней.

После того, как этот царский приказ был издан, наследный принц пришел в ужас. Он был настолько напуган, что даже не мог больше есть. Он не мог спать, поскольку он постоянно дрожал от ужаса. Он только и думал: «Я умру через семь дней».

Когда прошли семь дней, Ашока позвал своего брата, и, увидев его, воскликнул: «Боже милостивый, ты стал таким тощим и изможденным, с выпирающимися венами!» И именно так оно и было.

Тогда император сказал брату: «Ты уже не тот, что был раньше. У тебя была красивая внешность. Ты был сильным и красивым. Что же случилось с тобой, пока ты жил в роскоши как император?»

«Я был в ужасе, ваше величество», — ответил принц.

«Как такое возможно? — спросил Дхамма-Ашока. — Вся роскошь жизни императора была в твоём распоряжении, ты должен был наслаждаться, ни в чем себя не ограничивая, разве не так? Что же случилось?»

«Господин, — сказал принц, — я вообще не мог наслаждаться. Каждую ночь я не мог заснуть, я лежал без сна. Что напугало меня? Я продолжал думать, что я должен умереть, когда пройдут семь дней».

Таким образом, он не мог наслаждаться. Он даже не мог спать из-за страха смерти. Его ужас был настолько сильным, что он не мог наслаждаться счастливой возможностью воспользоваться всей роскошью, которую он только мог себе представить. Все, что ему давали, было самым лучшим. У него были все царские атрибуты и царский дворец, но страх мешал ему наслаждаться чем бы то ни было. Император Ашока сказал: «Ну, младший брат, ты был так напуган, даже несмотря на то, что тебе ничто не угрожало, пока не истекнут семь дней?»

«Именно так, ваше величество, — ответил наследный принц. — Я был в ужасе».

«Что ж, — сказал Ашока, — ты мог наслаждаться всей роскошью императора, а ты ничем не наслаждался, а предавался страху смерти, до которой было еще целых семь дней. Достопочтимые монахи живут со знанием, что их тело и ум возникают и исчезают, умирают и рождаются миллиарды раз в течение мигания глаза. Поняв это, они живут под постоянной угрозой всего этого (то есть смерти ума и материи, *намы* и *рупы*). Ну и должен ли ты был так бояться смерти, когда до нее целых семь дней? Достопочтимые монахи, мои учителя, живут так, как я только что объяснил. Каждое мгновение со скоростью

вспышки молнии ум и материя распадаются и возникают снова. С тех пор как они это испытали и сами увидели, они постоянно с недоверием наблюдают за умом и материей».

Теперь наследный принц понял, что монахи не могут извлечь какое-либо счастье из чего-то материального.

«Ты должен был умереть только через семь дней, — сказал император своему младшему брату, — а мои благородные учителя проходят от смерти к смерти — они умирают каждый момент, а не через семь дней, как ты». Лишь только после этого наследный принц понял, и у него возникло уважение к монахам.

Дискурс XII

Махосадха и царь Видеха

Вебу Саядо: Вы все знаете о той жизни, в которой Бодхисатта был Махосадхой (1).

(1) Ятакан, 546.

В этой жизни Бодхисатта обладал величайшей мудростью. Четыре Брахмана под руководством Девинды были четырьмя мудрецами, консультировавшими царя Видеху. Из-за зависти они пытались убедить царя не слушать советы Махосадхи. Бодхисатта возложил на себя ответственность — сделать счастливыми всех существ. Царь Видеха очень любил Бодхисатту и нанял его к себе на службу. Но при этом распознавал ли царь Видеха ложь, когда она шла от тех, кто был приближен к нему?

Ученик: Нет, господин.

С: Девинда лгал царю, а тот не осознавал этого. Он не знал, что ему лгут, потому что у него не было достаточно *виджьи* (знания). Он не работал над тем, чтобы обрести понимание в прошлом, когда он развивал *парами*, поэтому он не мог даже распознать обман, который применялся другими странами. Итак, мог ли он понять, когда приближенные объясняли что-то ему?

У: Нет, господин, он не мог.

С: Он не мог распознавать обман, исходящий от других. Он действительно не мог его распознать, и его сторонники знали, что как бы они ни старались разъяснить ему положение вещей, он не мог понять. Но Бодхисатта заботится о благополучии всех существ. Его ум таков, что единственное намерение, которое у него могло быть, — сделать счастливыми все живые существа, кем бы они ни были и сейчас, и в будущем. Ему приходилось делать усилие, чтобы люди, которые лгали, могли освободиться от опасности, а также он прилагал усилие, чтобы защитить и тех, кому лгут.

Махосадхе приходилось принимать то, что царь его мог не слушать. Но даже при этом царь любил Махосадху как сына, он слушал ложь, исходившую от других людей. Махосадхе не нравилось, когда царь игнорировал его советы раз за разом, но это было по

причине неведения, присущего царю. Бодхисатте приходилось заботиться обо всем. Ему приходилось заботиться о том, что случилось в настоящее время, а также о том, что может случиться в будущем. Только он мог взять на себя ответственность за благополучие всех существ. Он не знал усталости, заботясь о других, потому что он это делал, чтобы обрести совершенство в своем поведении и своем понимании. Таким образом он смог достичь цели. Ему это было легко, но царь не мог понять.

Как бы люди вокруг царя ни старались объяснить ему, что его противник пригласил его для того, чтобы убить, царь не мог в это поверить. Тогда Бодхисатта подумал: «Рассказывая ему, пытаюсь объяснить, я лишь создаю *акусла* для себя. Я дам ему понять позднее». Поэтому Бодхисатта делал вид, что согласился с царем, и ехал впереди царя. Он был счастлив поступать так, поскольку таким образом он мог быть уверен, что царь был в безопасности. Ему удавалось все организовать таким образом, чтобы царь в итоге мог увидеть опасности своими глазами.

Только когда царь был уже в беде, он понял. Девинда не замечал обмана до этого самого момента. Когда царь испытал горе, приготовления нашего Бодхисатты принесли плоды, и все сработало по его плану. В этой Джатаке мы ясно видим, кто обладает правильным поведением и правильным пониманием, а кто — нет. Легко совершенствоваться в обоих практиках: практике правильного поведения (*карана*) и практике правильного понимания (*виджня*).

Дискурс XIII

Не разрушайте себя

Вебу Саядо: Если мы уберем что-то, даже совсем немного, из учения Будды вместо того, чтобы сохранить его таким, как оно есть, или если мы добавим еще немного чего-то, — поспособствуем ли мы Сасане, или мы этим разрушим ее?

Ученик: Это бы разрушило Сасану, господин.

С: Если Учение меняют таким образом, портится ли оно от этого? Или же человек, который меняет его, ухудшает свои качества?

У: Лишь человек, который его меняет, пострадает от этого, господин.

С: Да, ученики, если Будда сказал: «Практикуйте таким образом», тогда практикуйте только так. Не разрушайте себя.

Долг и Метта

Вэбу Саядо: Мы должны заботиться о себе. Мы должны заботиться о своих сыновьях и дочерях, внуках и внучках. Мы не можем просто взять и перестать заботиться о себе и других. Разве Будда не говорил, что мы должны выполнять наши обязанности по отношению к детям и родственникам? К чему относится выполнение этих обязанностей?

Это часть *сиилы*, правильного поведения. Полна ли ваша *сиила*, если вы не выполняете свои обязанности?

Ученик: Нет, господин.

С: Будете ли вы счастливы, если ваша *сиила* не полна?

У: Нет, господин.

С: Можете ли вы осуществить ваше устремление к высшей цели, если вы не удовлетворены собой?

У: Невозможно прогрессировать в этом случае, господин.

С: Только если ум непоколебим, мы можем достичь *самади*, и только если имеет место *самади*, мы можем действительно понять. Будда проповедовал *самахито йатхабхутам*. Но это вы знаете очень хорошо – и не только один аспект этого, но все различные аспекты. Если мы выполняем свои обязанности таким образом, как мы упоминали, мы исполняем *сиилу*. Мы будем счастливы, если мы так поступаем. Когда мы счастливы, то достичь *самади* легко, а *самади* – это *йатхабхутам*, «то, как оно есть на самом деле».

Вы все это знаете. Каким образом вы это знаете? Посредством практики. Если вы знаете, потому что кто-то вам это сказал, то вы знаете только слова. Если вы практикуете, вы не просто выполняете свои обязанности по отношению к вашим детям и внукам, вы практикуете *сиилу*. Это *карана-кусала* — действия, приносящие заслуги от правильного поведения. Разве мы не можем удерживать ум сосредоточенным на том месте, до которого вы сейчас дотрагивались пальцем, когда мы практикуем правильное поведение? Если вы практикуете так, как мы только что сказали, вы исполняете правильное поведение. Что вы практикуете, когда удерживаете ваш ум сосредоточенным?

У: Понимание, *виджня*, господин.

С: Я думаю, вы скажете, что у вас есть другие дела, которые нужно сделать сейчас, но позже, когда вы освободитесь, вы это сделаете. Но нам нужно действительно посмотреть на это. Нам нужно это принять так, как это объяснил нам Будда. Мы поймем, что, если мы это сделаем [выполним наши обязанности], это не будет напрасным действием. Если же мы пренебрежем этим действием, наш ум не сможет установиться. Достаточно того, что вы будете знать это. Вы будете спокойны. Если ваш ум спокоен, вы можете достичь *самади*. Вы можете на это сказать, что это легко для монахов, поскольку им не нужно беспокоиться ни о чем, вам же нужно – вас беспокоят ваши дети и внуки. Разве вы так не думаете иногда?

У: Мы думаем об этом каждый день, господин.

С: Ученики Будды практиковали правильное действие и правильное понимание одновременно. Это работа. Если мы этого не делаем, никакого плода ожидать не

приходится. Если вы совершаете усилие, все становится на свое место. Если вы совершаете правильное усилие, ничего не может вам противодействовать.

У: Скажите мне, господин, если ребенок плачет, и мы поем ему песню, и ребенок снова улыбается, то пение в этом случае — правильное поведение?

С: Вы поете песню потому, что вы хотите петь. Итак, ребенок плачет, потому что счастлив или потому что недоволен?

У: Потому что недоволен, господин.

С: Его страдание вызвано недостатком вашего внимания. Если он плачет, вы решаете, сделать ли его счастливым. Вот и все. Этот ребенок плачет, потому что он плохой или потому что он хочет плакать, или оттого, что он счастлив, или его что-то беспокоит?

У: Потому что что-то беспокоит, господин.

С: Он хочет, чтобы мать или отец помогли ему?

У: Да, господин. Кто-то из них.

С: То есть все, что вы должны сделать, — это мягко позаботиться о ребенке. Если вы можете помочь ребенку таким образом, то вы будете счастливы или нет?

У: Когда момент любящей доброты имеет место, то мы совершаем хорошее действие, господин.

С: Если вы счастливы, плач ребенка утихнет. И не только утихнет, — ребенок начнет улыбаться. Это правильное поведение, ученики. Когда ребенок снова смеется, его мать, отец, дедушка, бабушка — разве они будут несчастливы?

У: Они будут очень счастливы, господин. Но господин, это — *ведайитасукха*, приятные ощущения, а это — *акусала*.

С: Нет, это не так. Если вы делаете что-то из желания сделать ребенка счастливым, — это *метта*. Вы знаете намного больше о таких вещах, чем я, о том, что вы делаете, чтобы сделать других счастливыми. Вы могли бы нам многое рассказать об этом. Я не так уж много знаю об этом, но все же я расскажу вам историю.

Давным-давно у матери-коровы забрали ее маленького теленка. Как думаете, эта корова была рада или не рада тому, что их разделили? Я полагаю, она была очень несчастна. А как насчет теленка?

У: Он, наверное, тоже был несчастен от этого, господин.

С: Эта корова пошла на поиски своего теленка. Она искала везде. Теленок тоже искал свою мать. В конце концов они нашли друг друга, и в тот же момент оба почувствовали глубокий восторг. До этого теленок плакал от голода. Корова тоже плакала из-за

интенсивного желания найти своего теленка. Как вы думаете, они обрадовались и были счастливы?

У: Это страдание, господин. А страдание заставляет нас плакать.

С: А когда они, наконец, нашли друг друга, они улыбались?

У: Поскольку они страдали, они плакали, господин.

С: Когда они нашли друг друга, они говорили друг с другом, и только затем мать могла дать молоко своему голодному теленку, ее ум переполняла любовь. Это *метта*, ученики, — *метта*, которая однонаправленна. В ее уме не было ни одной мысли, кроме ее любви к теленку. В этот момент охотник бросил в нее копьё. Как было дальше в этой истории, копьё пронзило ее?

У: Нет, оно не пронзило ее, господин.

С: Оно не пронзило ее. Это так. Вы слышите? Как вы думаете, корова знала о тех благах и той пользе, которые несет *метта*?

У: Она не знала о них, господин.

С: Помешало ли ей развить любящую доброту то, что она не знала этих вещей?

У: Она практиковала любящую доброту, господин.

С: Поскольку у нее была эта *метта*, она не могла быть убитой этим копьём. Если вы бросаете копьё, вы бросаете его, чтобы убить, и у этого охотника было очень острое копьё. Поскольку эта корова была переполнена любящей добротой, она, кажется, только почувствовала, будто маленький пальмовый листик уколол ее. Если вы бросите в корову пальмовый лист, он глубоко воткнется в ее тело? Что случится?

У: Пальмовый лист отскочит от коровы, господин.

С: Да, вы видите? В истории сказано, что это копьё отскочило от коровы, словно лист пальмы. Вы все знаете о пользе и благе, которые несет ум, наполненный любящей добротой. Вы можете это объяснить.

У: О нет, мы не можем, господин.

С: Конечно же, вы можете. Как так? Ведь Благородные, мастера любящей доброты и сострадания, объяснили вам все благие эффекты *метты*, и в деталях и кратко. Вы все стали искусными в этом. Но давайте не будем говорить о копьях и тому подобных вещах. Давайте лишь возьмем для примера маленького комара, который вкалывает в вас свой маленький хоботок. Он проникнет в вашу кожу или нет?

У: Насколько я понимаю, да.

С: Вы ему посылаете *метту*, не так ли?

У: Посылание *метты* – это то, что я делаю лишь с помощью рта, господин.

С: Ладно, что же происходит, когда маленький комар кусает вас?

У: Я бы не хотел об этом говорить, господин. Неудобно отвечать на этот вопрос перед всеми, господин. Я обычно прибиваю комара и сбрасываю его.

С: Но вы же практикуете не-ненависть, не так ли?

У: Моя не-ненависть не очень совершенна, господин. Я просто бью его.

С: Разве это называется посылать *метту*? Разве трудно практиковать *метту*? Помнить о *метте*?

У: Для нас, господин, это довольно трудно.

С: Подождите. Я задам другой вопрос. Как бы вы ответили? Кто выше, человек или корова?

У: Человеческие существа намного выше, чем коровы, господин.

С: Действительно? А как насчет *парамы*? Вы полагаете у человека больше *парамы*, чем у коровы?

У: Мы стали человеческими существами благодаря нашим *парамы*, господин.

С: Бедная корова не понимает ничего. А вы посылаете *метту*, декламируя: «*саббе сатта авера хонту*» («пусть все существа освободятся от враждебности»). Корова просто испытывала *метту* по отношению к своему теленку, и по этой причине копые не проникло в нее. Вы понимаете это ясно, глубоко, и вы можете объяснить это другим.

У: Мы не можем, господин.

С: Да, да, вы можете это объяснить. Итак, среди низших форм жизни, таких как быки и коровы, которые не наделены *парамы*, кто из них выше — быки или коровы?

У: Они одинаковы, господин.

С: Если бы нам нужно было решить, кто из них более сильный, кого бы вы выбрали?

У: Бык сильнее, господин.

С: То есть – они не одинаковы?

У: Бык на первом месте, господин. Корова не может быть лидером.

С: Мы только что говорили об обычной корове, не так ли? И все же это [высшая сила *метты*] оказалось возможно для нее.

У: Она могла это сделать потому, что она мать. Мы никогда не сосредотачивали наши умы до такой степени в *метте*, господин.

С: Если бы я сказал, что корова таким образом счастливее человека, то что бы вы ответили?

У: На этом примере мы видим, что у коровы очень ясный ум, господин.

С: Вы с этим согласны? Вы можете принять то, что сказал этот ученик? «Мы не так развиты, как эта корова»? А вы все – вы можете не захотеть это принять.

У: Я один отвечаю за то, что сказал. Я не знаю. Может быть, они побьют меня, когда я покину это собрание. Это лишь мои личные взгляды.

С: Ну, кто же счастливее?

У: Нам придется это оставить как есть, господин.

С: Итак, если я скажу: «Этот ученик не обладает даже пониманием коровы», — вы будете рады такое услышать?

У: Мне бы это не понравилось, господин, но поскольку это правда, я приму это.

С: А что если я буду называть вас «ученик равный корове»?

У: Это чуть лучше, господин, поскольку в этом случае я на том же уровне, как корова, по крайней мере.

С: Корову не пронзило копьё по причине ее любящей доброты. Как насчет вас? Войдет ли дротик в ваше тело?

У: Вероятно, да, господин.

С: Тогда мы можем сказать, что вы равны корове? Это правда. У вас всех есть *парами*. Чего еще вам не хватает тогда? Вам нужно приложить усилие (*вирия*). Вы слышите? Что такое усилие? Это означает решиться: «Все, я буду работать!» С таким отношением ничто не будет трудным. Да, все, что вам нужно, — это усилие, решимость. Вы знаете это, разумеется. Будет ли что-то, что вам покажется трудным, если у вас будет такая решимость: «Я устанавливаю усилие, равное тому, которое прилагали ученики Будды»? Даже корова могла это сделать.

Учение Будды доступно, но корове не нужно было его знать. У коровы не было знания Учения Будды. Скажите мне, была ли она рождена в хорошем плане существования?

У: Нет, господин.

С: Ее ум был однонаправленным благодаря *метте*. Если мы практикуем таким же образом, разве мы не станем более спокойными, чем эта корова? Если мы достигнем необходимого спокойствия и сможем его поддерживать, разве мы не сможем практиковать правильное действие? Установив чистоту действия, мы можем продолжать сосредоточение на ощущении прикосновения дыхания в районе ноздрей. Разве мы не

сможем достичь понимания таким образом и приступить к осуществлению нашего устремления к пробуждению?

Дискурс XIV

Лекция прочитана в Международном Медитационном Центре, Янгон (Рангун)

(отрывки и итоги)

Вебу Саядо: Итак, вы прилагали много усилий к медитации, вы достигли определенных положительных результатов. Когда вы вернетесь домой, должны ли вы передать это вашей жене?

Ответ: Нет, господин, я не должен передавать это. Ведь она посмотрит на меня сердито и скажет, что я это делал только для себя и что я эгоист.

С: Ну хорошо, здесь вы испытали благотворное действие Дхаммы, и когда вы встречаете вашу жену и детей дома, я думаю, вы забываете упомянуть, что практика Дхаммы принесла вам такие положительные результаты.

О: У меня не было шансов ничего объяснить, господин. В тот момент, когда я вошел в дом, она поприветствовала меня с угрюмым видом.

С: Хорошо, теперь, после того как вы приняли предписания (*сиилы*), дальше что я говорил? Я говорил, что теперь, когда вы приняли *сиилу*, вы должны соблюдать и практиковать *сиилу* в полной мере. Это соответствует Учению Будды. Если вы практикуете таким образом, все ваши пожелания будут исполнены и в этой жизни, и в будущем. Это то, о чем я напоминал вам. Практикуя *сиилу*, вы должны выполнять все те действия, которые необходимы для мирян. Человек, исполняющий *сиилу* полностью и устойчиво, действительно здоровый человек. Что касается Сангхи, Будда также изложил правила соответствующего поведения. Только когда вы практикуете и соблюдаете *сиилу* в полной мере, можно сказать, что ваша *сиила* совершенна.

Теперь, когда вы приедете домой, если вы испытали радость, которая возникает от полного соблюдения *сиилы*, дома у вас будет *метта* для вашей жены, и вы соответственно ее поприветствуете, выражая эти чувства. Но поскольку вы ее не приветствовали таким образом, она сердилась на вас. Поэтому, когда вы вернетесь домой в этот раз, вам следует поприветствовать ее, говорить с ней и обращаться с ней таким образом, что было бы ей приятно и соответствовало *сииле*. Еще до того, как вы доберетесь домой, вам следует наполнить себя *меттой* для нее и желанием, чтобы и она также наслаждалась миром, которого вы сами уже достигли. Когда вы доберетесь домой, вам обязательно следует наполнить свое приветствие приятностью и *меттой*.

О: Господин, когда я возвращался домой отсюда, мой ум был так занят мыслями о *наме* и *рупе* (уме и материи), что я забыл улыбнуться ей.

С: Ладно, *нама-рупа*, конечно, — это *нама-рупа*. Но поскольку вы не поприветствовали ее улыбкой, как бывало раньше, она рассердилась на вас. То, что вам следовало сделать, — это поприветствовать ее так, как я только что объяснил. Это тоже *сиила*. Она тоже должна обрести мир, который получили вы. Если же вы поприветствовали ее как подобает, а она все же не рада, в этом случае кому не хватает *сиилы*? Здесь вы должны понимать, что именно вы не достигли полноты *сиилы*. Вы должны помнить тогда, что вы должны сделать ее счастливой и именно у вас еще недостаточно *сиилы*. Поэтому вы должны приветствовать ее снова или снова обратиться к ней приятным образом.

Таким образом, когда вы сначала ее поприветствуете с намерением, чтобы она также насладились плодами Дхаммы, которые вы испытали, и если у вас была *метта* для нее, то заслуги уже накапливаются благодаря этому действию. Так что вы уже на пути, вам уже повезло. Если ваше приветствие сработало успешно, то это еще лучше. Но предположим, оно не сработало, и вам приходится попробовать снова. В этом случае вы что-то потеряли или приобрели вашим первым действием? Вы знаете, что вы не потеряли ничего. На самом деле, попытавшись снова, вы обретете еще больше заслуг, так что вы должны быть этому рады.

Вы можете пытаться снова и снова, сами меняясь, пока все не завершится успехом. Но изменение должно исходить от вас. Не следует злиться, не раздражайтесь, если у вас не получается. Вам следует понимать, что в этом отношении вам еще нужно совершенствоваться.

Теперь, предположим, я вам скажу, что вот большой бак для воды, которым пользуются многие, и что вы должны его наполнить водой. Вы знаете, что чем больше воды в баке, тем больше людей могут ее использовать. Вы, без сомнения, наполните его полностью. Поэтому мне не нужно вам говорить, полон он или нет. Вы сами это будете знать. То есть, если ваша жена улыбается, когда вы ее приветствуете, то вы знаете, что бак полностью наполнен.

Дискурс XV

Мудрые слова, часто произносимые Достопочтимым Вебу Саядо (1)

(1) Опубликовано в книге Достопочтимого Вебу Саядо «Сущность Будда-Дхаммы», Янгон: Сасана Консил Пресс, 1978.

После того как вы приняли обеты *сиилы* (моральности), выполняйте их. Как только вы их выполните, все ваши желания исполнятся. Это принесет вам счастье и сейчас, и в будущем.

Нет ничего, кроме слов Будды, что принесет мир и счастье нам в этом существовании, а также и будущих жизнях *самсары*. Слова Будды записаны в Типитаке, трех корзинах знания. Типитака очень обширна, поэтому мы должны воспринять ее сущность. Сущность Типитаки — Тридцать семь факторов *Бодхи-пакхия-дхамма* (Факторов Пробуждения). Сущность *Бодхи-пакхия-дхаммы* — Благородный Восьмеричный Путь. Сущность

Благородного Восьмеричного Пути – это три *сикхи* (практики), а сущность трех *сикх* – *Эко Дхаммо*, Единственная и Неповторимая Дхамма.

Три *сикхи* – это *адхисиила* (высшая моральность), *адхичитта* (высшая ментальность) и *адхипанья* (высшая мудрость).

Когда вы внимательны к *рупе* и *наме* (уму и материи), не будет никакого физического или ментального насилия. Это называют *адхисиила* (высшая моральность).

Когда *адхисиила* развита, ум становится сосредоточенным и спокойным. Это называют *адхичитта* (высшая ментальность, высшее сосредоточение). Когда *адхичитта* (сосредоточение [*самади*]) развивается, вы получаете инсайт в реальную природу *рупы* и *намы*. В каждый миг, сравнимый по времени со вспышкой молнии, *нама* и *рупа* подвергаются непрерывным изменениям миллиарды раз. Этот процесс постоянных изменений не подвластен контролю ни Дэвов, ни Брахм. Тот, кто познает инсайт в процесс становления и распада, достигает *адхипаньи* (высшей мудрости). Наиболее очевидная вещь для каждого – это процесс дыхания. Нос – выдающаяся часть тела. Выдох и вдох всегда дают прикосновение к ноздрям.

Ноздри – чувствительная часть носа, которую входящее и выходящее дыхание касается, когда воздух входит или выходит. Другими словами, элемент ветра, или элемент движения, вступает в контакт с ноздрями, порождая ощущение. И элемент ветра, и ноздри – это *рупа*, а *нама* — это то, что знает про контакт и ощущение. Не нужно никого спрашивать, что такое *нама* и *рупа*. Осознавайте ноздри. Вы знаете об ощущении при вдохе. Вы знаете об ощущении при выдохе. Продолжайте осознавать входящее дыхание и выходящее дыхание, и у *лобхи*, *досы* и *мохи* (жадности, ненависти и неведения) не будет шансов возникнуть. Огонь *лобхи*, *досы* и *мохи* будет затухать, и результатом будет спокойствие и умиротворение ума.

Мы не можем узнать об ощущении до того, как произошел контакт. Мы не можем более осознавать ощущение, когда контакт прекратился. Вам следует замечать действительный контакт. Это называется непосредственным присутствием.

Будьте внимательны к настоящему непрерывно. Если вы можете продолжать осознавать настоящее двадцать четыре часа без перерывов, хорошие результаты будут очевидны. Если вы не сможете быть внимательны к тому, что происходит в каждый момент непрерывно, вы не заметите того, что произойдет в какое-то мгновение, и вы моментально окажетесь в проигрыше.

Если вы внимательны относительно контакта дыхания и ноздрей, вы осознаете, что есть только *нама* и *рупа*. Кроме *намы* и *рупы*, нет ничего такого, как я, он или вы; нет никакой самости, ни мужчины, ни женщины. Вы сами узнаете, что Учение Будды – это правда, только правда и ничего, кроме правды. Вам не нужно будет никого об этом спрашивать. Осознавание контакта элемента воздуха и кончика носа приводит к тому, что возникает знание, что нет таких вещей, как *атта* — эго или душа.

В эти моменты осознания наша *ньяна* (понимание или инсайт) становится чистой. Это называют *самма-дитхи*: Правильное Понимание или Правильное Видение. Нет ничего, кроме *намы* и *рупы*. Это называют *нама-рупа-париччеда-ньяна*, Аналитическое Знание Ума и Тела.

Непрерывная практика этого созерцания устраняет понятие *атты*, или самости, и порождает ясное видение или знание. Это благо – результат мгновенного созерцания. Не думайте, что это не значимо. Не думайте, что ничего не известно, что не накапливается никаких благ в течение медитации. Подобную пользу можно получить лишь во время Будда-Сасаны. Когда медитируете, забудьте о еде и других нуждах. Стремитесь со всем старанием к продвижению в обретении инсайта, который завершится в реализации *Магга-ньяны* (Знании Пути), *Пхаланьяны* (Знании Плода) и Ниббанае.

Дискурс XVI

Путь, которому нужно следовать в этом мире (1)

(1) Опубликовано в книге Достопочтимого Вебу Саядо «Сущность Будда-Дхаммы», Янгон: Сасана Консил Пресс, 1978.

1. Учение Будды, которое содержится в Типитакке, не касается ничего, кроме одного: освобождения от страданий. Методы разнятся, но предмет один и тот же. Нет необходимости следовать всем методам. Выберите один из них, и затем все, что нужно, — воплотить его на практике, настойчиво и прилагая достаточную энергию.
2. *Виджня* (знание) и *карана* (поведение) должны развиваться одновременно. Две вещи можно делать в то же самое время.
3. Следуйте Учению Будды, а также тому, чему учит учитель. Проявляйте уважение и смирение. *Кхантти* (терпение) и *метту* (любящую доброту) вам следует практиковать со всей старательностью.
4. Випассана означает видеть то, что есть на самом деле. Медитирующие должны видеть вещи такими, какими они есть в действительности, иначе это не Випассана.
5. То, что есть на самом деле, не нужно где-то искать, оно в нашем собственном теле. Все это всегда здесь. Оно неизбежно. Это *нама-рупа* (ум-материя).
6. Из всех проявлений *намы* и *рупы* в теле входящее и выходящее дыхание – это то, что иногда нелегко распознать, но легко созерцать.
7. Процесс вдоха и выдоха начинается с рождения и завершаются только со смертью. Он продолжается без перерыва или остановки. Он идет независимо от того, работаем ли мы, разговариваем ли, учимся или спим.
8. Хотя процесс дыхания, вдоха и выдоха, непрерывен, невнимательные люди его почти не замечают. Как говорит бирманская пословица, «Тот, кто невнимателен, не заметит

пещеру. Тот, кто внимателен, заметит даже туман». Только те, кто внимательны, смогут осознавать процесс дыхания.

9. Здесь осознание означает, что медитирующий замечает вдох, когда он касается ноздрей, и выдох, когда он касается ноздрей. Поскольку дыхание непрерывно, то и осознание должно быть также непрерывным.

Только тогда осознание можно по праву назвать медитацией Випассана.

10. В дне двадцать четыре часа. Если ваше осознание сможет быть непрерывным двадцать четыре часа, благотворные результаты будут видны очень ясно. Если возможно, то аскетическая практика постоянного сидения (*несаджика-дхутанга*) должна исполняться. То, чему учил Будда, – это не страдание, а прекращение страдания. В те времена, когда жил Будда, те, кто осуществлял аскетические практики постоянного сидения, были здоровее и жили дольше. Если же вы уступите сонливости и пойдете спать, вы, вероятно, будете вечно спать в круговороте перерождений (*самсара*). Если вы хотите спать, найдите то место, где сон не нужен.

11. Быть внимательным к тому, что есть на самом деле, или видеть вещи таковыми, как они есть, — это главная цель трех *сикх*, Благородного Восьмеричного Пути, тридцати семи *Бодхипакхия*, короче говоря, вся Типитака. Они все покрываются словно за один ход.

12. Прикосновение или контакт – это *рупа*. Знание или осознание – это *нама*.

13. Появление и исчезновение вибрирующих проявлений – это процесс становления и прекращения.

14. Когда медитирующие замечают быстро меняющийся процесс появления и исчезновения ощущений от контакта у ноздрей, сосредоточенный инсайт (*випассана-самади*) развивается постепенно, то есть по прошествии значительного времени. Сосредоточение, развитое таким образом, становится все более и более интенсивным, пока медитирующий не начинает осознавать быстро протекающие изменения по всему телу.

15. Когда эти быстро протекающие изменения видны посредством инсайта, характеристика *аниччи* становится более очевидной и, соответственно, характеристики *дукхи* и *анатты* тоже хорошо видны. Нет необходимости их озвучивать. Медитация Випассана означает быть внимательным к тому, что происходит на самом деле. Внимательность развивается изо дня в день, и в конце концов медитирующие обретают проникающий инсайт.

16. Когда медитирующие развивают сосредоточение, их инсайт развивается также, находя свою кульминацию в реализации Знания Пути (*магга-ньяна*) и Знании Состояния Плода (*пхала-ньяна*). Эта реализация так же очевидна и приносит удовлетворение, утоление жажды пьевой водой. Медитирующий, который осознал Путь и Состояние Плода, сам осознал это в своей настоящей жизни, а не когда-то позже. Поэтому результат его практики «видим для него самого в себе самом» (*сандиттхико*).

17. После того, как Знание Пути и Знание Состояния Плода достигнуты, если кто-то желает снова обрести достижение Состояния Плода (*пхала-самапатти*), он должен вернуться к практике Випассаны и последовательной реализации. Достижение Состояния Плода (*пхала-самапатти*) можно сравнить с собственным жилищем.

18. С помощью непоколебимой веры и неослабевающей энергии будьте внимательны относительно контакта дыхания и ноздрей, без перерывов и пауз. Не отклоняйтесь. Не откладывайте. Выполняйте прямо сейчас, и стабильная практика принесет немедленные результаты. Результатом будет завершение досаждающих страстей и наслаждение невероятным блаженством. Поэтому результаты практики подействуют немедленно (*акалико*).

Как соблюдать *Сиилу*

Совершайте действия, приносящие заслуги, такие как уборка пагоды или поливание дерева Бодхи, или служба вашему учителю или родителям, или даже заботясь о нуждах вашей семьи – все эти действия будут давать положительный взнос в осуществление *сиилы*. Совершая такие действия, вы при этом можете медитировать. Если вы будете пренебрегать какой-либо из этих обязанностей, сможете ли вы сказать, что вы соблюдали *сиилу*? Если же *сиила* не соблюдается, разве вы можете обрести счастье, которое вы ищете? Если не будет счастья, не будет мира, вы не сможете обрести *самади*. А без *самади* вы не сможете обрести *панью*.

Дискурс XVII

Дискурс для группы западных учеников

(19 января 1976 года)

Перевод У Ко Лэя

Саяджи У Чит Тин: Это ученики Саяджи У Ба Кина – пятнадцать учеников-иностранцев, мужчины и женщины. Сегодня – 15-я годовщина со дня смерти Саяджи У Ба Кина. Мы предложили сегодня как дану завтрак для пятидесяти монахов, и примерно 150 учеников были приглашены на эту церемонию. Эти ученики приезжали на целый месяц на курсы Випассаны в наш Центр. Эти люди могут оставаться в Бирме лишь семь дней. То есть они медитируют семь дней, уезжают в Бангкок или Калькутту, а затем возвращаются сюда снова. Некоторые из них приехали второй раз. Еще кое-кто приедет в третий раз. Курс медитации организован таким образом, что он проходит весь месяц, чтобы отметить почтением уход Саяджи. Некоторые ученики приехали из Америки, некоторые из Англии, Франции и Новой Зеландии – очень далеких мест, тут представлены многие национальности. Кто-то приехал из Австралии, и есть ученик из Малайи.

Вебу Саядо: Это напоминает то время, когда жил наш Благословенный Будда. Тогда тоже все приехали побыть в присутствии Будды в одно и то же время. Не из одной страны, не

из одного и того же города, не из одного и того же места, они прибывали из разных стран, разных городов – все люди с благородными сердцами прибывали одновременно в то же самое место, чтобы выразить уважение Благословенному Будде. Благородные существа, будь то человеческие существа или существа небесных планов, неустанно выражали почтение Благословенному Будде. Радуюсь всем сердцем, они поклонялись Будде с величайшим благоговением. Будда, обладая безмерной любовью и состраданием ко всем существам, показал им путь. Они следовали пути и практиковали его Учение со всей кротостью и смирением, как прилежные и дисциплинированные ученики. Одинок блуждая по страданиям всей *самсары* (непрерывных перерождений) в поисках выхода, сейчас они подошли к завершению своего путешествия. Они нашли теперь то, что искали на протяжении всей *самсары*. Неисчислимо число тех, кто достиг Ниббаны, следуя советам Будды.

Теперь вы все подобны тем искателям древних времен. И подобно им, если вы решили обрести то, что они обрели, и если вы полны благородного энтузиазма и обладаете серьезной решимостью, добрались до святого места, где Учение Будды сохраняют живым, делаете то, что необходимо, следуете Учению со скромностью и смирением, не теряете времени, старательно работаете таким образом – и способны так работать, вы достигнете того, ради чего вы работаете: высшей цели святой жизни. Это то, в связи с чем, вы должны чувствовать большое счастье.

Они поняли то, что я сказал? Интересно, удалось ли им?

Саяджи У Чит Тин: Один или два, возможно, поняли. Они учили бирманский немножко в Америке.

Вебу Саядо: Вот как? Очень хорошо, я рад. Те, кто понял, смогут затем передать Учение Будды дальше, другим, таким образом многие получают пользу. Не так ли? А кто может говорить по-бирмански свободно? И так, ученик, вы понимаете бирманский. Вы меня понимаете? Лишь немного? Хорошо, немного будет полезным. Понимание лишь немногого из того, чему учил Будда, принесет огромную помощь. Даже несколько слов Будды – это уже немало. Они несут большой смысл. Есть что-то, о чем вы мечтали и ради чего работали в *самсаре*. Если вы понимаете Учение Будды и следуете его совету, вы достигнете того, что вы искали.

А теперь, что именно вы желаете обрести, раз и навсегда, проходя по всей *самсаре*? Что я имею в виду сейчас? Я имею в виду непосредственное настоящее. Именно этот текущий момент. Вы все желаете счастья, освобождения от страдания прямо сейчас. Разве не все из вас этого хотят? А также вы хотели бы обеспечить себе счастье и в *самсаре* также. Во всех перерождениях в *самсаре* вы все время были подвержены старости, болезни и смерти. Вы все боитесь старости, болезни и смерти, не так ли? Да, вы все, я уверен. Будучи напуганными, вы не хотите иметь с ними дело, не так ли? То, чего вы желаете, – это оказаться в том месте, где этих страданий нет, там, где старость, болезнь и смерть неизвестны, где они все прекращаются, — одним словом, в Ниббанае. Это то, к чему вы стремитесь. Если вы будете следовать инструкциям Будды со всем прилежанием и

смирением, вы достигнете своей цели, не так ли? Вы сможете выполнить всю свою работу, достигнете успеха, и обретете то, к чему вы всегда стремились.

Итак, то, что вы понимаете, может быть чем-то небольшим, лишь короткое лаконичное поучение. Но если вы ему последуете со старанием, достижение будет немалым. Это именно то, к чему вы стремились невероятно долго. Разве это для вас будет малой наградой? Вовсе нет. Это большая награда. Если вы поняли указание, пусть даже краткое и лаконичное, и будете ему следовать старательно, не прекращая это делать, счастье будет с вами. Счастье придет ко всей вселенной, для всех людей, Дэвов и Брахм. Хотя учение может быть выражено несколькими словами, достижение будет огромным. Все, чего вы желали, будет достигнуто. Разве не так? Это действительно так.

Итак, ученик, вы сможете следовать и практиковать это короткое поучение? Сможете? Очень хорошо. Как и вы все, во времена Благословенного были люди, которые странствовали повсюду в поисках мира и счастья на все времена. Они искали его еще до того, как Пробужденный появился. Кто они были? О, вы можете сказать, это целый мир. Но я приведу для вас пример Сарипутты и Могаланы, благословенной пары, тех, кто стали главными учениками Благословенного. Возможно, вам уже знакома история о том, как они развивались. Сарипутта и Могалана жили святой жизнью как странники, ищущие бессмертия. Именно Сарипутта первым вступил в контакт с одним из пяти учеников, изучивших Основы Учения Благословенного. Странник Сарипутта увидел, что тот ходил, совершая сбор подаяния, в поисках еды. Увидев его безмятежный вид, цвет его кожи, чистый и яркий, Сарипутта сразу понял, что тот обладал знанием пути, который Сарипутта искал. Сарипутта последовал за святым монахом, пока тот не закончил свой круг сбора подаяния и не покинул город, неся пожертвованную еду. Странник Сарипутта ждал на уважительной дистанции, пока святой монах поест. Затем Сарипутта подошел к нему, учтиво выразил почтение и спросил монаха о его Учителе и Доктрине, которой тот обучал.

Все это есть в Питаках (в каноне) (1), но я вам лишь кратко расскажу основные моменты.

(1) Историю о Достопочтимом Сарипутте и Достопочтимом Ассаджи см. в Книге Дисциплины IV, 52–54.

Святой монах ответил, что он был под попечительством Благословенного, который был его Учителем, и что именно его Учению он следовал. Когда Сарипутта настаивал на том, чтобы тот изложил Доктрину, святой монах сказал: «Я лишь недавно присоединился. Я только что подошел к этому Учению и дисциплине. Я не могу обучить тебя этому Учению во всех подробностях. Я могу лишь кратко изложить смысл».

На самом деле святой монах достиг высшей цели, поэтому он должен был знать все Учение, но из скромности он признался, что знал лишь немного. Затем Сарипутта, который позднее стал главным толкователем Учения Благословенного, сказал, что ему не нужно знать много. Он хотел лишь услышать немного того, чему учил Будда. Святой монах удовлетворил его просьбу. Он произнес лишь маленький отрывок из Учения. Насколько маленький? Настолько, что это было не полное четверостишие. Когда Сарипутта услышал это краткое изречение из Учения, он сказал, что этого ему достаточно. Так как ему

открылось чистое, безупречное видение всей Дхаммы, после того как он услышал лишь ее маленький отрывок.

Таким образом, обучение состояло лишь из нескольких слов, но понимание Сарипутты было совсем немалым. Итак, ученик, вы тоже понимаете чуть-чуть, не так ли? Хорошо, если вы понимаете и будете следовать совету Благословенного, ваше достижение будет превосходно.

Я, конечно, не могу говорить на вашем языке. Поэтому вы, ученик, если понимаете немного, передавайте вашим друзьям то, что вы понимаете, чтобы все вы поняли чуть-чуть из Дхаммы. Вы можете так сделать? Я уверен, что можете.

Вы все создали, каждый из вас, великолепные *парами*. Вот почему вы все здесь, приехали из разных стран, удаленных областей, издалека. Но поскольку вы обладаете достаточными *парами*, вы все приехали сюда в одно и то же время, одновременно из разных стран. И достигнув этого места, вы желаете узнать Учение. Итак, вы услышали Учение. Вы узнали совет Будды. Но вы не остались удовлетворены тем, что лишь слышали Учение и просто его запомнили. Вы хотите практиковать его. Поэтому вы полны энергии и стремитесь начать идти по пути. Вы устанавливаете необходимое усилие (*вирья*), и спустя какое-то время вы определенно насладитесь плодами ваших усилий. Даже сейчас вы знаете это, конечно, не так ли? Вы получаете результаты, соответствующие вашей отдаче и стараниям.

Вы все здесь сейчас, потому что вы обрели достаточно *парами*, чтобы сделать это. Благословенный сказал, что, если вы пребываете с Дхаммой и следуете Учению, вы пребываете возле него, хотя физически вы можете находиться в другом конце вселенной. С другой стороны, если вы пребываете возле него настолько близко, что можете держать в руках край его одеяний, но тем не менее, если вы не следуете его совету и не практикуете Учение, согласно его наставлениям, между вами расстояние размером со Вселенную. Итак, вы живете в разных странах, очень-очень далеко. Но тем не менее вы так близки к Благословенному. Следуя его указаниям прилежно, с должным смирением, вы достигнете того, чего желали, вы достигнете цели вашего устремления, к которой шли через всю *самсару*. Неисчислимое количество святых, ступивших на Путь, достигли Ниббаны. Поэтому и вы тоже, все благословенные люди, из различных стран, городов, приехавшие одновременно в святое место, если вы установите достаточные усилия (*вирья*) и будете работать добросовестно с подобающим смирением, вы тоже достигнете вашей цели.

Это действительно повод для большой радости. Мы все не можем не возрадоваться, мы приветствуем и восхищаемся вами, видя вашу чудесную преданность и усердие. Я желаю вам всем успеха. Хорошо сделано. Хорошо сделано.

Палийский Глоссарий

Большинство слов в этом глоссарии обсуждаются в секции, добавленной во введение:

Палийские термины, используемые в дискурсах

Абхидхамма: окончательная истина. Абхидхамма-питака – третья часть Буддийского канона.

Абхидхамматха-сангаха – введение в Абхидхамму, написанное Анурудхой

адхичитта: высшая ментальность или сосредоточение

адхидхана-парами: совершенство решимости

адхичитта: высшая мудрость

адхисиила: высшая моральность

адоса: не-гнев [отсутствие гнева, — прим. переводчика]

агга-савака: главный ученик

адхива: средства к существованию [способ зарабатывания на жизнь — прим. переводчика]

акаликко: немедленный, непосредственный

акусала: неискusный, неблагоприятный

алобха: не-жадность

амоха: «не-неведение», знание, понимание

анагами: не-возвращающийся

Анапана: медитация на дыхании

Анурудха: автор «Абхидхаммы-сангахи»

Анатхапиндика: ведущий ученик-мирянин Будды

анатта: не-самость

аничча: непостоянство

Аноттата: озеро в Гималаях, в котором вода всегда прохладная

апо: вода, элемент сцепления (один из махабхут)

арахат: «Благородный», полностью пробужденный индивидуум

арья: «Достойный», индивидуум, достигший по крайней мере первого из четырех состояний Ниббаны

арупа: нематериальный

асанкхья: неисчислимо большое число

атта: самость

аттхакатха: комментарий

авиджня: неведение (Четырех Благородных Истин)

авьяката: нейтральное действие

бхавана: умственное развитие

бхикху: буддийский монах

бхикхуни: буддийская монахиня

Бимбисара: царь Раджагахи и ученик Будды

бодхи: пробуждение

бодхипакхья-дхамма: 37 факторов пробуждения

Бодхисатта: «Тот, кто намерен идти к Пробуждению», будущий Будда

бодхиянгана: область вокруг дерева Бодхи

Брахма: существа двадцати высших планов существования

брахман: член касты священослужителей в Индии

Будда: «Пробужденный»

Будхагхоша: автор «Висуддимагги»

карана: (правильное) поведение

четиянгана: область вокруг пагоды

читта: ум

кути: последний момент ума, когда «выпадают» из жизни (то есть смерть)

Дэвы: существа шести планов существования над человеческим миром

дана-парами: совершенство щедрости

Дхамма: Учение (Будды)

Дхаммапада: собрание стихов, произнесенных Буддой, часть Типитаки

дхутанга: аскетическая практика

дитхи: (правильное) видение

доса: неприязнь, антипатия

дукха: неудовлетворительность, страдание

идхипада: «путь к силе»

Джетавана: монастырь в Саватхи, преподнесенный в дар Анатхапиндикой

джана: состояние поглощенности

Каччана или Каччаяна: ведущий ученик Будды

калапа: мельчайшая частица материи

кама: чувственное желание

камма: действия (остаточная сила прошлых действий)

камманта: действие

Кассапа: ведущий ученик Будды

кайапасада: ясность чувства прикосновения в общем смысле

кханда: агрегат

кханти-парами: совершенство терпения

кусала: искусный, благотворный

лобха: желание [страстное желание — прим. переводчика]

лока: мир, сфера, план существования

магганга: секции, разделы Благородного Восьмеричного Пути

магга: Путь

магга-пхала: Состояния Пути и Плода

маха: великий

маха-бхута: «великие» (первичные) элементы

Маджжима-никайя: одна из четырех Никайя из раздела сутт Типитаки

метта-парами: совершенство любящей доброты

моха: заблуждение (иллюзия)

нама: ум

неккхама-парами: совершенство отречения

Ниббана: «угасание», завершение всех страданий

Никайя: есть четыре никайи или пять никай:

четыре никайи в Сутта-питаке;

пять никай, если все тексты, кроме тех, что в Сутта-питаке, считать одной никайей. Это просто разные способы разделения Типитаки.

ниродха: прекращение

Паччека Будда: не-обучающий Будда

пакати-савака: обычный ученик (то есть Арахат, но не главный ученик и не ведущий ученик)

Пали: язык, на котором написаны писания буддизма Тхеравады

панча-сиила: пять моральных предписаний

панья: инсайт, понимание

параматха: высший, окончательный

парами: совершенство

париччеда (в нама-рупа-париччеда-ньяна): способность видеть различие между умственными и физическими феноменами

парийатти: обучение (текстам)

патхави: земля, элемент расширения (один из маха-бхут)

Патимокха: собрание 227 правил поведения для монахов

патипатти: практика Учения

патисандхи: сознание перерождения (то, что следует после последнего умственного момента предшествующей жизни, — сравните с *кути*)

пативедха: достижение Ниббаны

питака: «корзина», собрание (текстов)

пхала: состояние Плода

Раджагаха: город в Индии

рупа: материя

сачча-парами: совершенство правдивости, истины

сакадагами: однажды возвращающийся

Сакка: царь Дэвов

самади: сосредоточение

самапатти: достижение

саматха: спокойствие

самма: правильный, хороший

самсара: цикла рождения и смерти

самудайа: происхождение [страдания]

Самьютта-никайа: часть Сутта-никайи

Сангха: Орден буддистских монахов

сангити: Буддийский Собор

санкаппа: мысль

санкхара: сила от прошлых действий

санья: восприятие

Сасана: Учение Будды

сати: внимание, осознание

Саватхи: город в Индии

сикха: обучение, тренинг

сиила: моральность

сотапатти: Вошедший в поток

Сутта: дискурс, лекция

Суттанта-питака: книги дискурсов (сутт)

теджо: огонь (один из маха-бхут)

Тхера: Старец (форма обращения к буддийским монахам, тем, кто прошел ординацию и в Ордене более десяти лет)

Тхери: форма обращения к буддийской монахине

Типитака: три коллекции (Палийский канон)

упасампада: ординация как полноценного члена Сангхи

упекха-парами: совершенство равенности

Упосатха: день соблюдения

вача: речь

вайама: усилие

вайо: ветер (или воздух) элемент движения (один из маха-бхут)

ведана: ощущение, чувство

виджня: понимание (Четырех Благородных Истин)

Винайя-питака: собрание [текстов — прим. переводчика] о Дисциплине

виньяна: сознание

Випассана: инсайт

вирья: усилие

Висакха: ведущая ученица Будды из мирян

Висуддимагга: главный комментарий к Учению Будды, данный Будхагхошей