

Практики после принятия надежного направления (прибежища) Берзин Александр filosoff.org
Спасибо, что скачали книгу в бесплатной электронной библиотеке
<http://filosoff.org/> Приятного чтения!

Практики после принятия надежного направления (прибежища) Берзин Александр.
Введение.

Принятие прибежища (skyabs-'gro) означает формальный выбор надежного и положительного направления в жизни, которое обозначается Тройной драгоценностью – Буддами, Дхармой и Сангхой, – и обещание стойко придерживаться этого прочного направления, пока оно не приведет нас к освобождению или просветлению.

Формальное принятие прибежища на церемонии принятия обета бодхисаттвы или во время полного тантрического посвящения, будь то уполномочивающее посвящение (dbang, ванг) или последующее разрешение (rjes-srang, дженанг), не отличается от принятия прибежища во время отдельного ритуала с духовным учителем. Отрезание пряди волос и получение буддийского имени не являются обязательными составляющими этой процедуры, и они опускаются, когда прибежище дается на церемонии принятия обета бодхисаттвы или тантрического посвящения, даже если мы принимаем прибежище впервые.

Когда мы формально придаем своей жизни надежное и положительное направление прибежища, мы принимаем обязательство выполнять два набора практик (skyabs-'gro bs'labs-bya), которые помогают нам поддерживать это направление:

(1) практики из «Всеобъемлющего текста» (bsdud-ba-las 'byung-ba'i bs'labs-bya);

(2) практики из сущностных учений (man-ngag-las 'byung-ba'i bs'labs-bya).

Первая группа практик происходит из «Всеобъемлющего текста разъяснений» (gTan-la dbab-ra bsdud-ba, санскр. viniścaya-samgraha), одного из пяти текстов трактата «Уровни ума при объединенном поведении» (rNa1-'byor spyod-pa'i sa, санскр. йогачарабхуми) индийского мастера IV или V века Асанги.

Вторая группа практик подразделяется на две части:

(1) особые практики для каждой из Трех драгоценностей (so-so'i bs'labs-bya);

(2) практики, общие для Трех драгоценностей (thun-mong-ba'i bs'labs-bya).

Эти три группы практик не являются обетами. Нарушая какую-либо из этих практик, мы лишь ослабляем нашу решимость идти по жизни в надежном направлении. Мы не теряем это направление, если формально не отказываемся от него.

Практики из «Всеобъемлющего текста».

Эти практики восходят к тексту Асанги, в котором содержится две группы по четыре упражнения в каждой. Первая группа содержит одну практику, которая соответствует принятию надежного направления, указанного буддами, две практики, которые соответствуют надежному направлению, указанному Дхармой, и одну – указанному Сангхой. Вторая группа состоит из четырех практик, где Тройная драгоценность рассматривается как единое целое.

Следование в надежном направлении будд, соответствует (1) чистосердечному вверению духовному учителю. Если у нас еще нет личного духовного учителя, который руководил бы нашей практикой, это является обязательством найти его.

Формальное принятие прибежища в присутствии учителя не означает обязательства считать его своим личным духовным наставником. Конечно, важно всегда поддерживать уважительное отношение и быть признательным этому человеку, так как он открыл нам дверь для принятия надежного направления в жизни. Однако объект нашего прибежища – Тройная драгоценность, которую во время церемонии символизирует статуя или изображение будды, а не человек, проводящий ритуал. Учитель воплощает Три драгоценности прибежища только в контексте тантрического посвящения, а принятие надежного направления создает формальную связь между духовным учителем и учеником.

Более того, вне зависимости от контекста, наше надежное направление выражается в Тройной драгоценности в целом, а не в определенной линии или традиции буддизма. Если учитель, проводящий церемонию прибежища или

Практики после принятия надежного направления (прибежища) Берзин Александр filosoff.org посвящение, относится к какой-либо линии преемственности, получение от него прибежища или посвящения не обязательно делает нас последователем этой линии.

Чтобы поддерживать направление Дхармы в своей жизни, нужно (2) изучать буддийские учения и (3) обращать особое внимание на те аспекты учения, которые позволяют преодолеть именно наши личные тревожащие эмоции и состояния ума. Академического образования недостаточно: нам нужно применять Дхарму в собственной жизни.

Чтобы следовать в направлении Сангхи, общины практикующих с высокими постижениями (aryas), нам нужно (4) следовать их примеру. Это не означает, что мы обязательно принимаем монашество: скорее, мы прилагаем искренние усилия к непосредственному, неконцептуальному постижению четырех истин жизни (четырёх благородных истин). Они состоят в том, что жизнь трудна; что наши трудности имеют причину, а именно наше заблуждение относительно реальности; что мы можем положить конец нашим проблемам; и что нам для этого требуется понимание пустотности, которое является путем.

Следование в надежном направлении Тройной драгоценности в целом – это (5) отвращение ума от погони за чувственными удовольствиями, когда при отсутствии внимательности ум устремляется вслед за ними. Вместо этого главной целью нашей жизни должна стать работа над собой. Это означает, что мы посвящаем время и силы преодолению своих недостатков, раскрытию своих талантов и потенциальных возможностей, а не погоне за новыми удовольствиями, едой, сексуальным опытом и не накоплению денег и материальной собственности.

(6) Принятие этических норм, установленных буддами. Подобная нравственность основана на ясном различении того, что полезно, а что вредно для нашего положительного направления в жизни, а не на подчинении набору правил, установленных божественной силой. Поэтому, если мы следуем буддийской этике, это означает, что мы воздерживаемся от определенных видов поведения, потому что они разрушительны и препятствуют нашей способности приносить пользу себе и другим, и следуем тем видам поведения, которые созидательны и помогают нам расти.

(7) Стараться быть настолько сочувственными и сострадательными к другим, насколько это возможно. Даже если наши духовные цели ограничены достижением освобождения от собственных проблем, это никогда не должно быть за счет других.

Наконец, для поддержания связи с Тройной драгоценностью нужно (8) делать особые подношения фруктов, цветов и так далее по священным буддийским дням, таким как годовщина просветления Будды. Соблюдение традиционных ритуалов в дни религиозных праздников помогает нам чувствовать себя частью многочисленной общины.

Особые практики, связанные с каждой из Трёх драгоценностей

Первая группа практик из сущностных учений включает три действия, которых нужно избегать (dgag-pa'i bsłabs-bya), и три действия, которые нужно совершать (sgrub-pa'i bsłab-bya). Они связаны отдельно с каждой из Трёх драгоценностей. Действия, которых нужно избегать, ведут к противоположному направлению в жизни, а действия, которые нужно совершать, улучшают памятование нашей цели.

Три действия, которых следует избегать и которые противоречат указанному буддами надежному направлению, – это (1) принятие чего-либо другого в качестве основного направления в жизни. Теперь самое важное в жизни – не накопление новых материальных объектов и не участие во всевозможных развлечениях, а максимальное развитие различных достоинств, таких как любовь, терпение, сосредоточение и мудрость, чтобы приносить все большую пользу другим. Это не обет бедности или воздержания, а скорее утверждение более глубокого направления в жизни.

В частности, это обязательство означает не принимать высшего прибежища в богах или духах. Буддизм, особенно его тибетская форма, часто содержит ритуальные церемонии (пуджи), обращенные к различным медитативным образам

Практики после принятия надежного направления (прибежища) Берзин Александр filosoff.org будд (йидамам, тантрическим божествам) или грозным защитникам. Их совершают, чтобы рассеять препятствия и осуществить созидательные намерения. Эти церемонии создают условия для вызревания отрицательных потенциалов в малые, а не в большие препятствия, и для скорейшего вызревания положительных потенциалов. Однако если мы создали очень сильные отрицательные потенциалы, эти церемонии не помогут предотвратить трудности. Поэтому умилостивление богов, духов, защитников и даже будд никогда не заменит заботу о нашей карме – избегания разрушительных и совершения созидательных действий. Буддизм – это не духовный путь поклонения защитникам или даже буддам. Надежное направление буддийского пути – это работа для достижения освобождения и просветления.

Действие, которое противоречит надежному направлению Дхармы, – (2) причинение вреда людям или животным. Одно из главных наставлений Будды – помогать другим, насколько это в наших силах, и, если мы не можем помочь, по крайней мере не причинять им никакого вреда.

Действие, которое противоречит надежному направлению Сангхи, – (3) близкое общение с плохими людьми. Если мы остерегаемся подобных связей, это помогает нам избежать отклонения от наших положительных целей, пока наше жизненное направление еще не слишком устойчиво. Это не означает, что нужно жить в буддийской общине, скорее это предполагает осторожность в выборе компании и принятие подходящих и необходимых мер для избегания вредных влияний.

Три действия, которые нужно усвоить – эти три способа выражения уважения, а именно почитание (4) всех статуй, рисунков и других художественных изображений будд; (5) всех книг, в особенности о Дхарме; и (6) всех людей, принявших буддийские монашеские обеты, и даже их одеяний. Традиционно считается, что мы проявляем неуважение, если перешагиваем через эти объекты, наступаем или садимся на них, помещаем их непосредственно на пол или землю, не подкладывая даже кусочка материи. Хотя эти объекты не являются подлинными источниками надежного направления в жизни, они символизируют просветленных существ, их наивысшие достижения и практикующих с высокими постижениями, далеко продвинувшихся к этой цели, – а также помогают нам помнить о них.

Практики, относящиеся ко всем Трем драгоценностям

Последняя группа обязательств, связанных с принятием надежного направления, состоит из шести действий, которые относятся ко всем Трем возвышенным драгоценностям. Эти шесть действий таковы.

(1) Подтверждать принятое надежное направление в жизни, постоянно напоминая себе о достоинствах Трех драгоценностей прибежища и разницей между ними и другими возможными жизненными ценностями.

(2) В благодарность за доброту и духовную поддержку ежедневно подносить Тройной драгоценности первую порцию своего горячего питья и пищи. Обычно это делается в воображении, но мы также можем помещать небольшую часть своего первого в этот день горячего напитка перед статуей или рисунком Будды. Позже мы представляем, что будды возвращают это обратно, чтобы мы сами попили и насладились. Было бы очень неуважительным выливать подношения в туалет или в раковину.

Во время подношения пищи и питья не обязательно читать строфы на незнакомом иностранном языке, если только нас не вдохновляет эта таинственность. Достаточно просто подумать: «Будды, пожалуйста, насладитесь этим». Если люди, вместе с которыми мы едим, не буддисты, лучше всего делать это подношение сдержанно, чтобы никто не знал, что мы делаем. Выставление своей практики напоказ вызывает у других лишь неудобство или насмешку.

(3) Памятуя о сострадании Тройной драгоценности, косвенно вдохновлять других следовать в этом направлении. Смысл данного обязательства не в том, чтобы стать миссионерами и стараться обратить всех в буддизм. Однако если мы будем объяснять восприимчивым к нам людям, потерянным в жизни, лишенным ориентиров или с отрицательными ориентирами, зачем нужно надежное и положительное направление и как оно помогло нам, – это зачастую будет им полезно. Станут ли они буддистами – не так важно. Наш пример может

Практики после принятия надежного направления (прибежища) Берзин Александр filosoff.org подвигнуть их на то, чтобы конструктивно изменить свою жизнь, работая над собой, стремясь к росту и самосовершенствованию.

(4) Помнить о пользе, которую приносит надежное направление в жизни, формально подтверждая его трижды каждый день и трижды каждую ночь, обычно утром, вскоре после подъема, и вечером, непосредственно перед сном. Как правило, мы подтверждаем надежное направление, повторяя: «Я следую в надежном направлении учителей, Будд, Дхармы и Сангхи». Духовные учителя не являются четвертой драгоценностью, но дают доступ к этим трем. В контексте тантры духовные мастера воплощают все Три драгоценности.

(5) Что бы ни происходило, полагаться на наше надежное направление в жизни. Следовать в надежном направлении во времена кризиса – это наилучшее прибежище, поскольку оно обращено к самим невзгодам, нацелено на устранение их причины. Друзья могут сочувствовать нам, но, если только они не просветленные существа, они будут неизбежно подводить нас. У них есть собственные проблемы, и их возможности ограничены. Однако постоянная работа над тем, чтобы трезво и реалистично преодолевать свои недостатки, никогда не подводит нас в трудный час.

Это подводит нас к последнему обязательству – (6) никогда не оставлять это направление в жизни, что бы ни происходило. Принятие прибежища и следование другим религиозным и духовным путям.

Некоторые люди спрашивают, означает ли принятие обетов прибежища, что они обращены в буддизм и навсегда оставили свою национальную религию. Это не так, если только мы сами не хотим это сделать. В тибетском языке нет слова, буквально означающего «буддист». Слово, которым называют практикующего, означает «тот, кто живет внутри», то есть внутри границ надежного и положительного направления в жизни. Чтобы жить таким образом, не требуется носить на шее красную защитную нить и никогда не переступить порог церкви, синагоги, индуистского храма или конфуцианского святилища. Это скорее означает работу над собой, чтобы преодолеть свои недостатки и раскрыть свой потенциал – другими словами, воплощать в жизнь Дхарму, как это сделал Будда и как делают практикующие с высокими постижениями, Сангха. Мы прилагаем свои усилия главным образом в этом направлении. Как говорили многие буддийские мастера, включая моего собственного учителя, покойного Ценшаба Серконга Ринпоче, если мы посмотрим на учения о милосердии и любви в других религиях, таких как христианство, мы сделаем вывод, что следование им не противоречит направлению, которому учит буддизм. Гуманистический призыв во всех религиях одинаков.

Наше надежное и положительное направление прибежища заключается преимущественно в том, чтобы воздерживаться от десяти наиболее разрушительных действий (десяти недобродетелей): отнятия жизни у любого живого существа, взятия неданного, неподобающего сексуального поведения, лжи, вносящих разлад разговоров, грубых или жестоких слов, бессмысленной болтовни, а также алчных, злонамеренных или искаженных неприязненных мыслей. Принимая буддийское направление в жизни, мы отказываемся только от тех учений в других религиях, философских или политических системах, которые провоцируют на вредные для нас и для других действия, речь или мысли, соответствующие этим разрушительным поступкам. Далее, хотя посещать церковь не запрещается, уверенное движение в правильном направлении означает, что мы не прилагаем все силы к этой стороне своей жизни, отказываясь при этом от буддийской учебы и практики.

Некоторые люди интересуются, потребует ли принятие прибежища на тантрической церемонии прекратить практику дзена или физические тренировки, например хатха-йогу или боевые искусства. Не потребует, поскольку эти занятия тоже являются методами раскрытия нашего положительного потенциала и не подвергают опасности наше надежное направление в жизни. Однако все великие мастера советуют не смешивать и не искажать медитативные практики. Если мы хотим съесть суп и выпить чашку кофе на обед, не надо наливать кофе в суп и пить их вместе. Можно заниматься несколькими разными практиками ежедневно. Однако лучше делать их по отдельности, проводя каждую практику с уважением к ее особенностям. Подобно тому как было бы нелепым подносить три простирания перед алтарем при входе в церковь, так же будет неправильным читать мантры во время занятий медитациями дзена или випассаны.

Спасибо, что скачали книгу в бесплатной электронной библиотеке

<http://filosoff.org/> Приятного чтения!

<http://buckshee.petimer.ru/> форум Бакши buckshee. Спорт, авто, финансы, недвижимость. Здоровый образ жизни.

Практики после принятия надежного направления (прибежища) Берзин Александр filosoff.org
<http://petimer.ru/> Интернет магазин, сайт Интернет магазин одежды Интернет
магазин обуви Интернет магазин
<http://worksites.ru/> Разработка интернет магазинов. Создание корпоративных
сайтов. Интеграция, Хостинг.
<http://dostoevskiyfyodor.ru/> Приятного чтения!