

Бхиккху Бодхи

Принятие прибежища

The Wheel Publication No. 282/284. Часть 1

Copyright © 1981 Buddhist Publication Society

Перевод с английского PavelBure (псевдоним)

Содержание

Предисловие

Введение

I. Причины для принятия прибежища

1. Опасности в нынешней жизни

2. Опасности в будущих жизнях

3. Опасности, подстерегающие нас в течение всего времени существования

II. Существование прибежища

III. Рассмотрение составляющих прибежища

1. Будда

2. Дхамма

3. Сангха

IV. Акт принятия прибежища

V. Предназначение принятия прибежища

VI. Способы принятия прибежища

VII. Искажения и нарушение прибежища

VIII. Аналогии, иллюстрирующие объекты прибежища

Примечания автора

Предисловие

Принятие прибежища (*sarana gamana*) и пяти правил обучения (*pañca-sīla samādāna*) – это первые два шага, совершаемые человеком, желающим стать мирским последователем Будды. Совершая первый шаг, человек решает избрать Будду, его учение (Дхамма) и общину монахов (Сангха) идеалами, направляющими его жизнь. Второй шаг подразумевает решимость привести свои поступки в гармонию с этими идеалами через

правильное поведение. Представленные здесь два раздела призваны дать ясное и подробное описание этих шагов. Хотя данный материал предназначен для тех, кто лишь недавно принял учение Будды, он может быть также полезен и тем, кто следует ему уже долгое время и желает понять смысл тех элементов духовной практики, с которыми они уже знакомы. Также он будет полезен читателям, желающим узнать о том, что нужно, чтобы стать буддистом.

Чтобы сохранить компактность изложения и избежать неудобств, налагаемых форматом научного труда, ссылки на первоисточники были сведены к минимуму. Поэтому сейчас я перечислю источники, на которых основана эта работа. Раздел "Принятие прибежища" основан в первую очередь на стандартном тексте, входящем с небольшими различиями в комментарий к Кхуддакапатхе, в комментарий к Дигха Никае и в комментарий к Маджхима Никае. Фрагмент из комментария к Кхуддакапатхе был переведён в изданиях Бхиккху Ньянамоли "Minor readings" и "The illustrator", а текст из комментария к Маджхима Никае – в брошюре Ньянапоника Тхеры "The Threefold refuge".

Бхиккху Бодхи

Введение ↴

Учение Будды можно сравнить со зданием, имеющим собственный фундамент, этажи, лестницы и крышу. Как и каждое строение, это учение имеет дверь, и, чтобы оказаться внутри, нам нужно войти через эту дверь. Дверью или входом в учение Будды является принятие прибежища в Трёх Драгоценностях: в Будде – просветлённом учителе, в Дхамме – Истине, которой он учил, и в Сангхе – общине его благородных учеников. С древних времён и до наших дней принятие прибежища является первой ступенью к учению Будды, открывая путь ко всей остальной его части от первого этажа до вершины. Все те, кто принимают учение Будды входят через дверь, обращаясь за прибежищем, а те, кто уже ранее принял его, регулярно подтверждают свою приверженность следующим троекратным утверждением:

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi	Я прибегаю к Будде как к прибежищу
Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi	Я прибегаю к Дхамме как к прибежищу
Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi	Я прибегаю к Сангхе как к прибежищу

Сколь малозначительным и обыденным не казался бы этот шаг, особенно в сравнении со следующими высокими достижениями, не следует недооценивать его, потому что именно этот поступок задаёт направление и даёт поступательный импульс всей дальнейшей практике буддийского учения. Поскольку принятие прибежища играет столь важную роль, то для продвижения по пути совершенно необходимо должно понимание как непосредственного значения этого поступка, так и его глубокого смысла. Чтобы сделать процесс принятия прибежища доступным для глубокого понимания, мы подвергнем рассмотрению наиболее важные его аспекты. Для этого рассмотрим следующие темы: причины для принятия прибежища, существование прибежища, определение объектов прибежища, акт принятия прибежища, предназначение принятия прибежища, способы принятия прибежища, искажение и нарушение прибежища, аналогии, иллюстрирующие принятие прибежища.

I. Причины для принятия прибежища 🏠

Когда утверждается, что практика учения Будды начинается с принятия прибежища, это сразу вызывает важный вопрос. Вопрос такой: "А зачем нам вообще нужно прибежище?". Прибежище – это человек, место или вещь, дающая защиту от опасности и наносимого вреда. Поэтому, раз мы начинаем практику путём принятия прибежища, это подразумевает, что практика предназначена для защиты от вреда и опасности. Поэтому наш первоначальный вопрос о необходимости прибежища можно перефразировать следующим образом: "В чём заключается вред и опасность, от которых нам нужна защита?". Рассматривая свою жизнь в целом, мы можем не обнаружить подверженности какой-либо неминуемой угрозе. Мы можем иметь стабильную работу, пребывать в полном здравии, наслаждаться достатком в семье и в обеспечении всем необходимым. Такое положение дел может дать основание считать себя находящимся в полной безопасности. В этих условиях принятие прибежища становится совершенно излишним.

Чтобы понять необходимость в нём, следует научиться видеть своё положение таким, каким оно является на самом деле, рассмотрев его более тщательно и с различных точек зрения. В буддизме считается, что положение человека в этом мире похоже на айсберг: на поверхности видна лишь небольшая часть, в то время как основная масса скрыта под водой, недоступная глазу. Из-за ограниченности нашего мышления, мы не можем проникнуть сквозь кору "айсберга" и осознать своё положение во всей его глубине. Впрочем, даже нет никакого смысла говорить о том, что нельзя увидеть, поскольку мы редко воспринимаем правильно даже то, что вполне доступно нашему зрению. Будда учит, что избирательное распознавание (*saññā*) обусловлено нашими желаниями. Наши скрытые желания едва уловимо обуславливают восприятие действительности, придавая ей ту форму, которую они сами для неё устанавливают. Наш ум работает методом отбора и исключения. Мы замечаем то, что приятно для наших преубеждений, и отбрасываем или искажаем то, что угрожает их опровергнуть.

С точки зрения более глубокого и полного понимания, ощущение безопасности, которое мы обычно испытываем, возникает как ложное чувство, поддерживаемое незнанием и способностью ума к разным уловкам. Наше положение всего лишь кажется стабильным из-за ограниченности и искажений взгляда на мир. Истинный путь к безопасности лежит через правильное видение-как-есть, а не через принятие желаемого за действительное. Чтобы выйти за пределы страха и опасности, мы должны сделать своё зрение более чётким и широким. Дабы познать глубинную сущность нашего существования, необходимо преодолеть заблуждения, склоняющие к приятному самодовольству, не отворачиваясь при встрече с неприятным и не следуя за всем тем, что уводит в сторону. В процессе движения по этому пути, мы станем всё больше и больше понимать, что идём по узкой тропинке над бездонной пропастью. Говоря словами Будды, мы похожи на путника, идущего сквозь лесную чащу, граничащую с болотом и пропастью. Мы похожи на человека, смытого в реку и в стремлении выбраться хватящегося за водную растительность. Мы подобны моряку, пересекающему бушующее море или человеку, преследуемому ядовитыми змеями и жестокими недругами. Опасности, которым мы подвержены, могут быть неочевидными в данный момент. Нередко они трудноуловимы, замаскированы и глубоко запрятаны. Но хотя они могут быть для нас и неочевидны, факт, что эти опасности существуют и никуда не исчезли, остаётся фактом. Пожелав освободиться от них, мы должны сначала

постараться понять, что же конкретно нам угрожает. Однако это требует смелости и решительности.

В учении Будды **говорится**, что опасности, от которых приходится начать поиск прибежища, можно разделить на три группы: (1) опасности в этой жизни, (2) опасности в будущих жизнях, и (3) опасности, подстерегающие нас в течение всего времени существования. Каждая из трёх групп имеет два аспекта: (А) объективный аспект, являющийся характеристикой мира, в котором мы живём и (Б) субъективный аспект, существующий благодаря свойствам нашего ума. Давайте рассмотрим их по отдельности.

1. Опасности в нынешней жизни 🏠

А. Объективный аспект. Наиболее заметная опасность, с которой мы сталкиваемся – это очевидная хрупкость нашего физического тела и его материальных составляющих. С рождения мы подвержены болезням, несчастным случаям и травмам. Природа доставляет нам неприятности в форме землетрясений и затоплений, наличием преступности, эксплуатации и репрессий, а также угрозой войны. События в политической, экономической и общественной жизни редко когда протекают спокойно, не порождая очередной кризис. Революции и попытки реформирования продолжают свой замкнутый цикл, приводя к застою, насилию и следующим за ним крушением иллюзий. Даже в относительно спокойное время наша жизнь далека от совершенства. Складывается впечатление, что то или другое постоянно стремится ускользнуть из-под нашего внимания. Препятствия и затруднения непрерывно сменяют друг друга.

Даже если нам посчастливилось избежать серьёзных неприятностей, есть одна, от которой мы не можем уйти. Это смерть. Нам суждено умереть, и со всем нашим богатством, умениями и властью мы остаёмся беспомощными перед лицом неминуемой кончины. Смерть подстерегает нас с момента рождения. Каждую секунду мы приближаемся к неизбежному. Пока нас несёт по жизни, ощущение безопасности посреди всех удобств похоже на слепую убеждённость человека, идущего по трескающемуся под ногами льду замёрзшего озера.

Нависшие над нами опасности усиливаются ещё и из-за неопределённости которая является их общей характеристикой. Мы не подозреваем, когда они придут к нам. Зная мы о надвигающейся неприятности, можно было бы успеть подготовиться и стоически смириться с неизбежным. Но мы не имеем даже такой власти над будущим. Поскольку мы лишены способности к предвидению, наши беззащитные надежды постоянно сопровождаются смутным предчувствием, что в любой момент, в любую секунду они могут быть разбиты в щепки. Наше здоровье может быть подорвано болезнью, дело может потерпеть неудачу, друзья обернутся против нас, любимые умрут – и мы не знаем об этом заранее. Нет гарантии, что все эти перемены нас не коснутся. Только смерть является определённым событием в том плане, что однажды она непременно произойдёт. Когда конкретно – остаётся тайной.

Б. Субъективный аспект. Перечисленные выше опасности являются неотъемлемыми чертами, составляющими природу нашего мира. С одной стороны есть катаклизмы, кризисы и трудности, а с другой – их полнейшая неопределённость. Субъективный аспект. Опасности в нынешней жизни – это наша негативная реакция на данную двойную угрозу.

Элемент неопределённости пытается спровоцировать в нас постоянное чувство обеспокоенности, возникающее под маской нашей самоуверенности. На глубинном уровне мы ощущаем нестабильность того, на что полагаемся, его временность и изменчивость. Это чувство создаёт назойливое ощущение обеспокоенности, иногда доходящее до осязаемой боязни. Мы не всегда способны выявить причину беспокойства, но оно всегда присутствует в глубинных слоях сознания. Это неосознаваемый страх, что в один прекрасный день то, на что мы опираемся, может исчезнуть, оставив нас без привычной системы ценностей.

Тревога сама по себе является полноценным источником неприятностей. Нередко наши страхи оправдываются. Ход событий идёт своим собственным путём, независимо от нашего желания и далеко не всегда совпадая с ним. Люди отданы на милость болезням, потерям и смерти, которые наносят удар, когда приходит время. Если ход событий идёт вразрез с нашими желаниями, результатом является боль и недовольство. Когда противоречие невелико, мы злимся, печалимся, грустим или беспокоимся. Когда оно большое – мы испытываем муки, скорбь или отчаяние. В обоих случаях из пропасти между желанием и реальным положением дел возникает фундаментальное несоответствие, порождающее в нас страдания.

Само по себе возникшее страдание не имеет особой важности. Оно является лишь проявлением какого-то более глубокого заболевания, лежащего в его основе. "Болезнь" лежит в нашем отношении к окружающему миру. Мы действуем, находясь в клетке из ожиданий, планов и запросов. Мы ожидаем, что реальность будет соответствовать нашим желаниям, подчиняться указаниям и соответствовать предрассудкам, но она отказывается быть такой. Получив отказ, мы испытываем муки и разочарования, возникающие от противоречия между ожидаемым и реальностью. Чтобы страдания прекратились, одно из двух должно измениться: или наши желания или окружающий мир. Поскольку мы не можем изменить сущность окружающего мира, единственный выход – измениться самим, оставив привязанность и отвращение к его объектам. Следует отбросить свои пристрастия, прекратить жаждать и схватывать, научиться беспристрастному наблюдению за событиями, в свободе от ликования и уныния.

Способность ума к беспристрастному наблюдению, превосходящая влияние противоположностей этого мира, является высшей защитой и безопасностью. Но чтобы развить эту способность, нам необходимо руководство. Доступное нам руководство не может защитить от объективных опасностей. Оно может только обезопасить от страданий, приносимых отрицательными реакциями – тревогами, печалью, разочарованиями и отчаянием. Это единственно возможная защита, и поскольку благодаря руководству мы можем получить столь нужную вещь, его и следует считать истинным прибежищем.

Такова первая причина для обращения за прибежищем – необходимость в защите от негативных реакций на опасности, поджидающие нас здесь и сейчас.

2. Опасности в будущих жизнях 🏠

А. Объективный аспект. Подверженность человека вреду и опасностям не заканчивается в момент смерти. С точки зрения учения Будды, смерть предвещает новое рождение, то есть она способна стать отправной площадкой к новым страданиям. Будда учил, что все живые существа, связанные невежеством и жадой, не могут избежать

перерождения. Пока сохраняется жажда к становлению, индивидуальный поток бытия продолжает существовать и после смерти, наследуя впечатления и характеристики, накопленные в предыдущей жизни. Никакая "душа" не переносится из одной жизни в другую, есть лишь поток сознания, который после смерти начинает "течь" в новом физическом теле, соответствующем заложенным в этом сознании тенденциям.

В буддизме считается что перерождение может произойти на любом из шести уровней существования. Низший уровень – это ад, мир сильной боли и пыток, куда существа попадают для искупления своих дурных поступков. Уровнем выше находится мир животных, где доминирует страдание и правит тот, кто сильнее. В следующем мире живут голодные духи (peta) – темные существа, обладающие сильными желаниями, которые они неспособны удовлетворить. Выше находится мир людей, со знакомым нам балансом счастья и страдания, умелого и неумелого. Далее идёт мир полубогов (asura) – великанов, объятых завистью и стремлениями. На самой вершине располагаются небесные миры, населённые богами (deva).

Первые три из перечисленных уровней (ад, мир животных, мир голодных духов), а также мир асуров считаются "скверными мирами" (duggati) или "мирами страданий" (arayaabhumi). Они так названы из-за преобладающего в них страдания. Миры людей и богов напротив называются "счастливыми мирами" (sugati), потому что в них преобладает счастье. Рождение в одном из несчастных миров считается особо нежелательным не только из-за последующих неизбежных страданий, но и по другой причине. Такое перерождение является катастрофой, потому что покинуть эти миры чрезвычайно трудно. Перерождение в счастливом мире зависит от совершения умелых поступков. Но в несчастных мирах у существ очень мало возможностей совершать их, поэтому страдание приходится испытывать снова и снова из-за повторяющегося цикла перерождений в данных мирах, из которого очень трудно вырваться. Будда сравнил вероятность вырваться из несчастного мира в мир людей с вероятностью слепой черепахе, живущей в бескрайнем море, попасть головой в свободно плавающее ярмо, при условии, что черепаха всплывает на поверхность раз в сто лет. По этим двум причинам – неизбежному страданию и трудности вырваться оттуда, перерождение в несчастных мирах является серьёзнейшей опасностью в будущей жизни, от которой нам нужна защита.

Б. Субъективный аспект. Другие люди не могут защитить нас от попадания в несчастные миры. Единственный путь – это избегать всего того, что ведёт к перерождению там. Причина перерождения на любом уровне существования лежит в нашей карме – намерениях и намеренных поступках. Карма бывает двух видов – умелая и неумелая. Первая накапливается поступками, основанными на отрешении, доброжелательности и мудрости, а вторая – на алчности, ненависти и заблуждении [невежестве]. Эти два вида кармы приводят к рождению в соответствующих мирах: умелая карма – в счастливых, неумелая – в несчастных.

Мы не можем уничтожить несчастные миры, они будут существовать пока существует этот мир. Избежать перерождения там можно только путём наблюдения за самим собой, контролируя своё поведение, чтобы в нём не было неумелых поступков, которые способны привести нас в несчастные миры. Но для того, чтобы пресечь накопление неумелой кармы, мы нуждаемся в помощи, для чего есть две основные причины.

Во-первых помощь необходима из-за большого количества и разнообразия доступных

нам вариантов поведения, и мы зачастую сами не знаем какой из них выбрать. Для некоторых поступков несложно определить, умелые они или нет, но все остальные трудны для анализа, и при встрече с ними мы пребываем в замешательстве. Для совершения правильного выбора нам нужна помощь – точная подсказка того человека, который знает моральную ценность любого поступка и пути, ведущие к рождению на различных уровнях бытия.

Вторая причина, по которой мы нуждаемся в помощи – это наша склонность выбирать неумелое, даже когда мы способны определить что умело, а что – неумело. Наши поступки далеко не всегда согласуются с нашими же бесстрастными решениями [на их счёт]. Зачастую мы импульсивны, подвижны необъяснимыми желаниями, которыми не можем овладеть или подчинить себе. Потакая этим импульсам, мы вредим себе, иногда просто беспомощно наблюдая за происходящим. Нам нужно научиться управлять своим умом, приведя свою способность действовать под контроль чувства высшей мудрости. Но эта задача требует особой дисциплины. Чтобы научиться должной самодисциплине, нам нужны инструкции того человека, который понимает глубинную работу ума и способен научить преодолению ядов, которые склоняют нас к пагубному стилю поведения. Поскольку эти наставления и дающий их человек избавляет нас от вреда и страданий в будущем, их можно считать подлинным прибежищем.

Эта вторая причина для принятия прибежища – необходимость научиться контролю над поступками, чтобы в будущих жизнях избежать попадания в несчастные миры.

3. Опасности, подстерегающие нас в течение всего времени существования 🏠

А. Объективный аспект. Прочие несчастья, которым мы подвержены, гораздо значительнее тех, что объяснялись выше. Помимо очевидных трудностей и несчастий в нынешней жизни или риска попадания в скверный мир в будущей, есть гораздо более глубокая и всеобъемлющая опасность, присутствующая в течение всего времени существования. Это сущностная неудовлетворительность Сансары. Сансара – это цикл становления, круг рождения, старения и смерти, вращающийся с безначального прошлого. Перерождение происходит не единожды и оно не приводит к вечной жизни после смерти. С каждым поворотом колеса жизненный цикл повторяется в полном объёме: за рождением следует старение и смерть, после каждой смерти непременно следует новое рождение. Перерождение происходит в счастливом или несчастном мире, но где бы оно не произошло, вращение колеса не прекращается. Закон непостоянства накладывает свои условия на всё многообразие живых существ: всё появившееся на свет должно когда-то исчезнуть. Даже небесные миры – не исключение. Жизнь заканчивается, когда исчерпывается карма, приведшая к попаданию туда. За этим следует перерождение в другом мире, возможно и в одном из несчастных.

Из-за сущностного непостоянства всех форм обусловленного существования, при глубоком рассмотрении они считаются неудовлетворяющими или источниками страданий (dukkha). Ничто из объектов наших надежд и чаяний не свободно от изменчивости и бренности. Поэтому всё, к чему мы прибегаем для удобства и приятных ощущений – на самом деле скрытая форма страдания. То, на что мы полагаемся для собственной безопасности, само подвержено опасностям. Всё, к чему мы обращаемся за защитой, само нуждается в ней. Ничто из того, чем мы хотим владеть, не будет вечно

нашим, не исчезнув: "Он разрушается, он разрушается и поэтому зовётся "этим миром".

Молодость заканчивается старостью, хорошее здоровье – болезнью, жизнь – смертью. Любой союз заканчивается расставанием и сопутствующим ему страданием. Чтобы понять всю глубину и тяжесть этой ситуации, следует умножить её на бесконечность. С безначального прошлого мы перерождаемся в круге становления, вновь и вновь с головокружительной частотой испытывая тот же самый опыт: рождение, старение, болезнь и смерть, расставание и утрата, неудача и разочарование. Множество раз мы скатывались в несчастные миры, бессчётное количество жизней прожито нами в форме животного, духа или обитателя ада. Вновь и вновь к нам применялось насилие, мы испытывали страдание, скорбь и отчаяние. Будда сказал, что количество слёз и крови, пролитых нами за всё блуждание в океане сансары, больше, чем воды в океане, а куча оставшихся после нас костей будет **выше Гималаев**. В прошлом мы встречались с этими страданиями бесчисленное количество раз, и пока причины блуждания в Сансаре не уничтожены, мы рискуем испытать ещё больше страданий в процессе дальнейшего существования в ней.

Б. Субъективный аспект. Избежать этих опасностей можно только одним способом: отрешиться от всех форм становления, даже самых высоких. Но чтобы отрешение реально произошло, нужно уничтожить причины, которые привязывают нас к кругу перерождений. Истинные причины, порождающие блуждание в Сансаре, лежат в нас самих. Будда учил, что мы скитаемся из жизни в жизнь под действием глубокого и ненасытного желания дальнейшего становления. Он называет это желание жаждой к становлению (*bhava-taṇhā*). Пока жажда становления продолжает функционировать, пусть даже незаметно, смерть не будет препятствием к продолжению цикла жизни. Жажда заполнит вакуум, созданный смертью, породив новую форму становления, определённую накопленной ранее кармой. Таким образом, жажда и становление последовательно порождают друг друга. Жажда формирует новое становление, а новое становление является платформой, на которой жажда продолжает свой поиск удовольствий.

В основе этой жуткой цепи, связывающей жажду и повторное становление, лежит ещё более глубинный фактор под названием "неведение" (*avijjā*). Неведение – это сущностная неосведомлённость об истинной природе вещей, не имеющее начала состояние духовного незнания. Это незнание действует двумя разными способами: во-первых оно препятствует правильному познанию, а во-вторых создаёт паутину искажений познания и восприятия. Из-за неведения мы видим красоту в том, что на самом деле отвратительно, постоянное в непостоянном, удовольствие в неприятном, личность или душу в безличном, не содержащем никакой вечной сущности предмете. Эти заблуждения стимулируют поступательное движение жажды. Подобно ослу, впряжённому в повозку и бегущему за морковкой, подвешенной у него перед носом, мы несёмся стремглав за проявлениями красоты, постоянства, удовольствия и личности, всё только для того, чтобы остаться с пустыми руками, ещё сильнее запутавшись в круге Сансары.

Чтобы освободиться от этого бессмысленного и бесполезного цикла, следует уничтожить жажду, которая приводит его в движение, причём не подавив её на время, а покончив с ней раз и навсегда. Для уничтожения жажды должно быть низложено поддерживающее её неведение, поскольку пока неведению позволено вить свои иллюзии, будет существовать почва для жажды, которая может возникнуть вновь. Противоядием для неведения является мудрость (*pañña*). Мудрость – это

проницательное знание, которое разрывает ширму неведения и позволяет "увидеть вещи такими, какие они есть на самом деле". Это не просто знание фактов, а опыт, который нужно испытать самостоятельно. Он должен быть прямым, непосредственным и личным. Для развития такой мудрости нам нужны наставления, помощь и руководство. Нужен кто-то, кто научит, что конкретно мы должны сами понять и увидеть, и каким образом можно воспитать освобождающую мудрость, способную отсечь путы, привязывающие нас к повторному становлению. Поскольку люди, осуществляющие это руководство и дающие непосредственно сами инструкции предоставляют защиту от мук перерождения, этих людей можно считать истинным прибежищем.

Такова третья причина для принятия прибежища – необходимость в освобождении от всепоглощающей неудовлетворительности Сансары.

II. Существование прибежища 🏠

Осознать, что положение человека вынуждает заняться поиском прибежища, является необходимым условием для его принятия. Но само по себе это осознание не является достаточным. Чтобы принять что-то в качестве прибежища, мы должны убедиться, что эффективное прибежище на самом деле существует. Но прежде чем мы сможем определиться с существованием прибежища, необходимо разобраться, каким оно должно быть.

Словарь толкует "прибежище" как укрытие или защиту от опасности и страданий, как человека или место, дающее защиту, а также средство получения этой защиты. Это близко к смыслу термина *saraṇa*, означающего прибежище и упоминаемого в комментариях к палийским текстам. В комментариях слову *saraṇa* даётся ещё одно толкование, означающее "разбивать" (*hiṃsati*). Говорится, что "когда человек принял прибежище, то оно само разбивает, рассеивает, уничтожает и прекращает страх, муки, риск перерождения в несчастном мире и развития новых пороков".[1]

Приводимые там объяснения дают два необходимых критерия для прибежища. (1) Во-первых, прибежище само не должно быть подвержено опасности и страданиям. Человек или объект, который сам подвержен опасности, по сути своей не может быть безопасным и по этой причине не может защищать других. Всемерно полагаться в вопросах защиты можно только на неподвластное страху и опасности. (2) Во-вторых потенциальное прибежище должно быть доступно нам. Состояние, в котором отсутствует страх и опасность, но лежащее вне пределов досягаемости, не имеет ничего общего с предметом нашего рассмотрения и не может считаться прибежищем. Для того, чтобы выполнять функцию прибежища, оно должно быть доступным и давать защиту от опасности.

Выполнив этот абстрактный расчёт характеристик истинного прибежища, мы можем вернуться к первоначальному вопросу. Существует ли в действительности прибежище, способное защитить от перечисленных выше опасностей: тревог и разочарований, печали и страданий нынешней жизни, от риска перерождения в несчастном мире и от непрерывного блуждания в Сансаре? К задаче поиска ответа на этот вопрос следует подходить осторожно. Мы должны сразу признать, что невозможно дать ответ, который был бы доступен для объективной проверки и публичной демонстрации. Существование

вообще или характеристику конкретного прибежища невозможно логически доказать в неопровержимой и всеохватывающей форме. Максимум, что можно сделать – это привести убедительные аргументы для веры в то, что какие-то люди или предметы обладают качествами прибежища. Дальше всё зависит от веры, от уверенности, основанной на доверии, хотя бы до той поры, когда это первоначальное убеждение преобразуется в знание при помощи непосредственного опыта. Но и на этой стадии проверка является сугубо внутренней и личной, это предмет субъективной оценки, а не логического доказательства или объективной демонстрации.

С буддийской точки зрения существует три прибежища, которые совместно предоставляют полную защиту от опасностей и страданий. Эти прибежища – Будда, Дхамма и Сангха. По отдельности они не являются самодостаточными прибежищами. Это взаимозависимые части одного эффективного прибежища, которое делится на три составляющие по характеристикам и функциям, которые они выполняют. Зачем нужно такое разделение становится понятно, если мы рассмотрим порядок, в котором эта тройка представлена.

Будда идёт первым, потому что он человек. Поскольку мы сами являемся людьми, для нас вполне естественно обращаться к другим людям за наставлением, вдохновением и направлением. Когда стоит вопрос об окончательном освобождении, мы в первую очередь начинаем искать человека, который сам полностью избавился от опасности и способен привести нас к этому же состоянию. Это Будда, просветлённый, стоящий первым в тройке по той причине, что он – человек, открывший, достигший и провозгласивший состояние, для достижения которого ищут прибежище. Вторым по очереди нам нужно само это состояние, в котором страх и опасность отсутствуют. Затем нам нужен путь для его достижения, а также система инструкций, направляющая нас по этому пути. Это Дхамма, которая, как мы в дальнейшем увидим, обладает этими тремя характеристиками. В третьих, необходимы люди, которые подобно нам, из-за испытываемых страданий вступили на путь практики. Следуя по пути, который проповедовал Будда, эти люди достигли состояния, в котором отсутствует страх и опасность. Это Сангха, община последователей учения, прошедших по пути и достигших цели. Такие люди могут указывать путь другим.

В этой тройке каждая составная часть гармонично сочетается с остальными, что делает средство достижения освобождения доступным и эффективным. Будда – опознавательный знак прибежища. Он не является спасителем, который лично дарует освобождение. Спасение или освобождение зависит от нас самих, от нашего упорства и целеустремлённости в практике учения. Будда – это прежде всего учитель, открывший для нас путь, указывающий дорогу, которую мы должны пройти, самостоятельно прикладывая усилия и используя свой интеллект. Настоящим прибежищем является Дхамма. Она представляет собой цель учения, то есть состояние безопасности, а также путь, то есть средство достижения этой цели. Кроме того, Дхаммой называют учение, выраженное словами, то есть совокупность инструкций, описывающих способы практики. Но для эффективного использования имеющихся у нас средств, необходима помощь тех, кто хорошо овладел этим путём. Познавшие путь составляют Сангху, общину людей, способных помочь найти прибежище и привести нас к достижению на пути практики.

Простая аналогия позволяет нам понять смысл троичной структуры прибежища. Если мы заболели и хотим выздороветь, нам необходим врач, который поставит диагноз и назначит лечение. Для излечения болезни необходимо лекарство, а также сиделки,

которые будут ухаживать за нами, пока мы не поправимся. Врач и сиделки не могут сами излечить болезнь. Они могут лишь назначить нам подходящее лекарство и убедиться в том, что мы его принимаем. То, что на самом деле позволяет поправить здоровье – это лекарство. Подобно этому, в поисках избавления от страданий и мучений, мы полагаемся на Будду как на врача, способного выявить причину болезни и указать путь исцеления. Мы полагаемся на Дхамму как на лекарство, излечивающее от болезни и на Сангху как на сиделок, помогающих нам лечиться. Чтобы поправиться, мы должны сами принимать лекарство. Мы не можем просто расслабиться и ждать, когда врач своими руками исцелит нас. Таким же образом, чтобы избавиться от страданий, нам нужно практиковать Дхамму, потому что именно она является подлинным прибежищем, ведущим к освобождению.

III. Рассмотрение составляющих прибежища 📌

Польза от принятия прибежища пропорциональна глубине и точности понимания сути его объектов. Поэтому нам необходимо внимательно рассмотреть эти объекты и убедиться, что наше понимание их является правильным. В каждом объекте прибежища можно выделить два значения – конкретное мирское и неосязаемое надмирское. Они не являются совершенно независимыми и пересекаются в том смысле, что первое несёт в себе второе. Рассмотрение каждого объекта прибежища по отдельности покажет, каково их двойное значение и каким образом они пересекаются.

1. Будда 📌

Будда является первой составляющей тройного прибежища. В первом значении слово "Будда" означает конкретную историческую личность – человека по имени Сиддхатха Готама, жившего в Индии в 5 веке до нашей эры. Прибегая к Будде как к прибежищу, мы принимаем прибежище в человеке, потому что это именно он учит Дхамме и является основателем буддизма. Однако в этом процессе мы не ищем прибежища в его человеческой форме. Мы возлагаем свои надежды на Будду как на просветлённого и смысл этого поступка значительно превосходит ограничения, налагаемые простым историческим фактом [его существования]. Именно осуществление надмирского достижения позволяет Будде служить для нас прибежищем. Под достижением здесь подразумевается состояние Будды, то есть высшее Пробуждение. В прошлом его достигали другие люди и в будущем найдутся те, кто тоже сможет его достичь. Любого осуществившего такое достижение называют Буддой. Мы полагаемся на Будду как на прибежище, потому что он олицетворяет это достижение. Прибежищем его делает достигнутое состояние Будды.

Но что представляет собой это состояние? Состояние Будды – это совокупность качеств, которыми обладал человек по имени Готама и благодаря которым он является Буддой. Эти качества можно в целом представить как уничтожение всех недостатков и развитие всех достоинств.

Уничтоженные недостатки – это пороки (kilesa), а также их остаточные проявления (vāsanā). Пороки – это умственные силы, являющиеся источником страданий. Они отравляют человека изнутри, вызывают тревоги и подталкивают к совершению

неумелых поступков. Среди них главными являются алчность, ненависть и заблуждение, от которых порождаются все прочие пороки. В Будде все эти пороки уничтожены до единого, полностью и окончательно. "До единого" означает, что уничтожены абсолютно все пороки без исключений. "Полностью" означает, что каждый порок был искоренён, так что от него ничего не осталось. "Окончательно" означает, что они никогда не возникнут в будущем.

Достоинства Будды весьма многочисленны, но два из них выделяются особо: великая мудрость (maharāṭṭhā) и великое сострадание (mahā-karuṇā). Великая мудрость Будды имеет два аспекта – широта взгляда и глубина понимания. Благодаря широте взгляда Будда понимает всё многообразие происходящих явлений. Благодаря глубине понимания он осознаёт все подробности существования каждого явления.

Мудрость Будды не пребывает в пассивном созерцании, а находит своё выражение в великом сострадании. Благодаря великому состраданию Будда начинает работать на благо других. Он энергично и бесстрашно берёт на себя бремя тяжёлого труда на благо живых существ, чтобы привести их к освобождению от страданий.

Прибегая к Будде как к прибежищу, мы обращаемся к нему как к воплощению чистоты, мудрости и сострадания, как к несравненному учителю, способному указать путь из бушующего океана Сансары к безопасности.

2. Дхамма 📖

У Дхаммы тоже есть двойной смысл. Первое и наиболее простое значение слова "дхамма" – это учение Будды, представляющее собой совокупность сформулированных в виде понятий и выраженных словами положений религиозной доктрины, которой учил Будда Готама или учения, появившиеся на её основе. Это учение, называемое "передача" (āgama), содержится в Типитаке (Трёх корзинах Палийского канона), а также в комментариях и других трудах, разъясняющих смысл писаний. Три корзины учений – это Виная Питака, Сутта Питака и Абидхамма Питака. В Виная Питаке собраны все монашеские правила, подробно описывающие нормы поведения буддийских монахов и монахинь. В Сутта Питаке содержатся проповеди Будды, объясняющие его религиозную доктрину и методы духовной практики. Абидхамма Питака представляет собой описание действительности с точки зрения точного философского понимания, которое рассматривает её фундаментальные составляющие и показывает, как они взаимосвязаны сетью причинно-следственных отношений.

Дхамма, переданная устно и записанная в Типитаке и комментариях к ней, служит проводником к более глубокому смыслу, переданному словами и словосочетаниями. Это Дхамма о конкретном достижении (adhigama), состоящая из пути (magga) и цели (attha). Цель – это конечная точка учения, называемая Ниббаной, полным прекращением страданий. Это необусловленное состояние, лежащее за пределами цикла непостоянных составляющих Сансары. К этой цели ведёт особый путь, являющийся способом практики, приводящим к её достижению. Это Благородный Восьмеричный Путь: правильное понимание, правильная решимость, правильная речь, правильные поступки, правильные средства к существованию, правильное усилие, правильная осознанность и правильное сосредоточение. Путь делится на 2 этапа – мирской и надмирской. Мирской путь – это путь практики, прогресс в котором происходит благодаря его факторам, которые совершенствуются как в повседневной жизни, так и в периоды интенсивных

занятий. Надмирской путь – это мудрость, возникающая в сознании, когда все необходимые для неё качества полностью созрели, что обычно происходит во время интенсивной практики. Этот путь на самом деле представляет собой состояние, в котором обретается опыт Пробуждения. Его двойная функция – это достижение Ниббаны и уничтожение пороков.

Надмирской путь испытывается в виде кратковременных озарений, которые вносят радикальные перемены в структуру ума. Всего этих озарений четыре, поэтому их называют "четыре пути". Они отличаются в том, что на каждом следующем пути уничтожаются всё более тонкие путы, привязывающие нас к Сансаре. Первый путь – начальный прорыв к Пробуждению, называется путём вхождения в поток (*sotāpattimagga*), устраняющий путы иллюзии "Я", неуверенности и привязанности к обрядам и ритуалам. Второй называется путём возвращающегося однажды (*sakadāgāmiṃmagga*). На этом пути сами путы не уничтожаются, но происходит ослабление их истоков. Третий – путь невозвращающегося (*anāgāmiṃmagga*), благодаря которому уничтожаются путы чувственного желания и враждебности. Четвертый – путь архатства (*arahattamagga*), который уничтожает оставшиеся путы: желание становления в мире форм и бесформенном мире, самомнение, неугомность и неведение. Каждый путь сопровождается несколькими мгновениями особого надмирского опыта, называемого плодом (*phala*). Этот опыт имеет 4 стадии, в соответствии с путями. Плод означает ощущение свободы от порока, достигнутого благодаря пройденному пути. Это состояние освобождения или осязаемой свободы, возникающее при разрушении связывающих человека пут.

Ранее утверждалось, что подлинным прибежищем является Дхамма. В свете проведенного рассмотрения, это заключение можно уточнить. Учение, переданное словами – это на самом деле карта, совокупность наставлений и рекомендаций. Поскольку нам приходится полагаться на них для достижения цели, учение действительно является подлинным прибежищем, но только в производном смысле. Поэтому мы можем назвать его истинным, но в то же время, косвенным прибежищем. Мирской путь является непосредственным, потому что практиковать следует именно его. Но поскольку главной задачей мирского пути является достижение надмирского, его роль [в качестве прибежища] будет временной. Поэтому мирской путь следует считать подлинным и непосредственным, но временным прибежищем. Надмирской путь – это предвестник Ниббаны. Когда он достигнут, то необратимо ведёт к цели, поэтому его можно назвать истинным, непосредственным и наивысшим прибежищем. Однако, даже надмирской путь является обусловленным явлением, обладающим свойством непостоянства, как и всё обусловленное. Более того, будучи способом достижения цели, он ценен лишь как средство, не обладая ценностью сам по себе. Поэтому он не может считаться наивысшим прибежищем. Наивысшим прибежищем можно считать лишь саму цель практики – необусловленное состояние Ниббаны, которая среди всех трёх прибежищ является реальным, непосредственным, наилучшим и окончательным. Это лучшее укрытие, островок безопасности, убежище, дающее полную защиту от страхов и опасностей существования в Сансаре.

3. Сангха

На обыденном или мирском уровне Сангха означает общину монахов (*Bhikkhu-Saṅgha*). Под этим понятием подразумевается сообщество людей, управляемое строго

определёнными правилами. Возможность стать членом Сангхи открыта для любого человека, удовлетворяющего требуемым стандартам. Для вступления в эту общину необходимо лишь пройти церемонию посвящения в соответствии с правилами, описанными в Винае, своде правил монашеской дисциплины.

Несмотря на формальный характер общины, она выполняет бесценную работу по сохранению и распространению учения Будды. Благодаря существованию непрерывной линии передачи учений, Сангха уже в течение 2500 лет выполняет роль хранителя Дхаммы. Образ жизни, который она даёт возможность вести, позволяет Сангхе справиться с этой задачей. Как мы ранее отмечали, учение Будды имеет два аспекта: это путь практики, ведущий к освобождению от страданий и это совокупность положений религиозной доктрины, содержащаяся в писаниях и дающая подробное описание пути. Сангха берёт на себя ответственность по сохранению того и другого. Её члены принимают на себя бремя поддержания традиции практики, показывающей, что цель достижима и освобождение возможно. Они также занимаются сохранением учений, контролируя отсутствие искажений и неправильного понимания в проповедях и наставлениях, даваемых мирянам.

По этим причинам Сангха в форме общественного института жизненно важна для сохранения учения Будды. Однако, община монахов не является сама по себе Сангхой как третьим составляющим прибежища. Сангха, являющаяся прибежищем – это не общественный институт, а неформализованное множество последователей, объединяющее всех тех, кто постиг глубинную сущность учения Будды. Сангха как прибежище – это замечательная община, состоящая только из благородных личностей, то есть из людей, обладающих высоким духовным уровнем. Входящие в неё люди связаны друг с другом не формальным членством, а невидимой нитью внутренней самореализации. Для автоматического вступления в эту общину нужно лишь достичь той самой реализации.

Для достижения уровня благородной личности больше подходит образ жизни, установленный для членов монашеской общины и делающий основной акцент на отрешение и медитацию. Но при этом Сангха монахов и Сангха благородных являются разными понятиями. Их смысл различен по двум причинам. Во-первых, многие монахи (подавляющее большинство) являются обычными людьми (puthujjana) и поэтому не могут служить прибежищем. Во-вторых в Сангху благородных личностей могут входить и миряне. Членство в ней зависит сугубо от достижений в духовной практике, а не от получения монашеского посвящения. Любой человек (мирянин или монах), познавший учение Будды с помощью прямого знания, автоматически входит в неё в момент этого достижения.[2]

Сангху благородных составляют восемь типов личностей, которых можно разделить на четыре пары. Первая пара – это люди, идущие по пути к вхождению в поток и уже вошедшие в него. Они вступили на путь освобождения и достигнут своей цели не более чем за семь жизней. Вторая пара – это идущие по пути однократного возвращения и возвращающиеся однажды. Эти существа перед достижением цели однократно вернуться в мир людей. Третья пара – это идущие по пути к невозвращению и невозвращающиеся. Они уже не переродятся в мире людей и достигнут конечной цели в чистом небесном мире. Четвёртая пара – это идущие к состоянию Архата и достигшие этого состояния. Существа уровня Архата уничтожили все пороки и освободились от 10 пут, привязывающих к Сансаре.

Есть ещё один способ деления этих восьми типов личностей на два класса. Первый составляют существа, которые, поняв учение, встали на надмирской путь к освобождению, но им ещё необходимо заниматься практикой, чтобы достичь его. Сюда входят первые семь благородных личностей, которых называют "учащиеся" (sekha), потому что они всё ещё находятся в процессе обучения. Во второй класс включаются Архаты, закончившие практику по достижении конечной цели. Их называют "закончившие обучение" (asekha), потому что они успешно завершили всю необходимую практику.

Как учащиеся, так и Архаты на своём опыте получили прямое знание истинного смысла учения Будды. Учение пустило в них корни, и сколь бы не была велика оставшаяся часть пути, они более не зависят от других в вопросе достижения его конца. Благодаря этой внутренней способности, данные личности обладают качествами, необходимыми для ведения других людей к конечной цели. Это значит, что община благородных (ariyasāṅgha) может служить прибежищем.

IV. Акт принятия прибежища 🏠

Чтобы войти в "дверь" учения Будды, недостаточно просто знать объекты прибежища. "Дверью" для входа в учение является принятие прибежища в Будде, Дхамме и Сангхе. Понимание объектов и реальное принятие их в качестве прибежища – это совсем разные вещи. Только принятие прибежища делает человека последователем учения Будды.

Но в чём состоит эта процедура? На первый взгляд может показаться, что принятие прибежища – это формальное выражение приверженности Трёх Драгоценностям, заключённое в произносимых по данному случаю словах, потому что именно этот поступок означает принятие учения Будды. Однако такой взгляд слишком поверхностен. В писаниях сказано, что истинное принятие прибежища подразумевает гораздо большее, нежели простое произнесение установленной фразы. Говорится, что одновременно с произнесением слов протекает особый глубоко личный духовный процесс. Этот процесс – выработка умственной приверженности к прибежищу.

В комментариях сказано, что на самом деле принятие прибежища происходит в сознании человека: "Это поступок, совершаемый на уровне сознания, неосквернённый пороками, основанный на уверенности и почтении к Трёх Драгоценностям, принятии их как высшего убежища".[3] Слова "неосквернённый пороками" подчёркивают необходимость в искренности и чистоте намерений. Прибежище является осквернённым, если оно принимается не от чистого сердца, а от желания славы, признания или страха перед порицанием. Единственно правильная мотивация для его принятия – это уверенность и почтение к Трёх Драгоценностям. Поступок, совершаемый в сознании человека, происходит от уверенности и почтения, "принимая Три Драгоценности как высшее убежище" (parāyana). То, что Три Драгоценности принимаются как "высшее убежище" означает, что человек признаёт их единственным источником, дающим освобождение. Обращаясь к Трёх Драгоценностям с таким отношением, человек превращает принятие прибежища в акт преклонения и открытия себя. Мы слагаем свою защиту перед объектами прибежища и открываемся для их помощи. Мы слагаем своё эго и мнение о самодостаточности и тянемся к объектам

прибежища, веря, что они смогут привести нас к освобождению от запутанности, беспорядка и мук.

Как и любой другой сознательный поступок, принятие прибежища – это сложный процесс со множеством факторов. Эти факторы можно разделить в зависимости от трёх способностей: интеллект, воля и эмоции. Чтобы ещё больше прояснить сам акт, мы разберём умственный процесс, лежащий за внешними проявлениями принятия прибежища. Рассмотрев данный процесс с точки зрения упомянутых способностей мы также выясним, какой вклад вносит каждая из них. Другими словами, мы проанализируем принятие прибежища в виде поступка интеллектом, волей и эмоциями.

Перед тем как начать, необходимо дать одно предостережение. Под каждым конкретным явлением скрывается гораздо больше, чем можно непосредственно увидеть даже с помощью весьма глубокого исследования. Например семя имеет гораздо более глубокое значение, чем непосредственно видимый глазом материальный объект. С одной стороны, оно содержит в себе всю историю деревьев, благодаря которым это семя появилось на свет. С другой оно указывает на множество будущих деревьев, скрытых в его скорлупе. Аналогично, процесс, происходящий в сознании при принятии прибежища, представляет собой обширную паутину разнообразных сил, простирающуюся вперёд, назад и во все остальные стороны. Она также соткана из многообразных "нитей" опыта, которые, протянувшись из туманного прошлого, пересеклись в одной точке. Кроме того, в этой паутине также заложен потенциал для будущих нитей развития, только зарождающихся в её нынешнем содержимом. Это относится как к акту принятия прибежища в целом, так и к каждой из его составных частей, то есть и то и другое нужно рассматривать как проявления в настоящем, со скрытой от нас обширной историей прошлого и будущего. Поэтому, всё получившееся в результате анализа этого поступка, следует воспринимать лишь как частицу среди того, что подразумевается его начальными предпосылками и эволюцией в будущем.

Первый взгляд на принятие прибежища сразу даёт нам понять, что этот поступок основан на понимании. Хотя к совершению его человека приводят почтение и доверие, сам акт не должен производиться вслепую, то есть необходима интеллектуальная восприимчивость, защищающая принятие прибежища от опасностей безрассудных чувственных порывов. Интеллект направляет этот поступок к воплощению в жизнь своей внутренней устремлённости к освобождению. Он позволяет отличить конечную цель от ловушек на пути и удерживает последователя от соблазна уйти в сторону от конечной цели, устремившись к удовлетворению мимолётных желаний. Оказывается, что именно по этой причине Правильное Понимание идёт первым в формулировке Благородного Восьмеричного Пути. Для следования по пути мы должны знать, откуда и куда он ведёт и шаги, которые должны быть предприняты, для перемещения из одной точки в другую.

Перед принятием прибежища наш интеллект уже немного осознаёт неудовлетворяющую природу всего сущего, приводящую к необходимости опереться на то, что может дать нам защиту. Стрдание следует считать неотъемлемой характеристикой нашего существования, отравляющей его в самом зародыше. Невозможно уничтожить страдание слабыми средствами, дающими лишь временное облегчение. Успех достигается только благодаря тщательному и глубокому лечению. Мы должны заглянуть глубже и понять, что причина нашей неудовлетворённости и недовольства скрыта в нас самих, в нашей привязанности, жажде и заблуждениях. Чтобы освободиться от страданий, необходимо пройти курс лечения, уничтожающий их

причины.

Необходимо зафиксировать в своём уме надёжность объектов прибежища. Абсолютная уверенность в способности учения привести нас к освобождению может возникнуть только позже, с достижением [надмирского] пути. Но в самом начале практики необходимо развить осмысленную убеждённость, что объекты прибежища обладают всем необходимым для помощи нам. Для этого следует рассмотреть качества Будды, используя сведения о его жизни и характере. Затем нужно рассмотреть его учение на предмет наличия в нём противоречий и непоследовательности. Наконец, нужно познакомиться с Сангхой, чтобы понять, достойна ли она доверия и уверенности. Только если они удовлетворяют всем этим условиям, данные объекты прибежища можно считать надёжными помощниками в достижении конечной цели.

Человеческий интеллект участвует не только в первоначальном решении принять прибежище, но во всём остальном процессе духовной практики. Увеличение глубины понимания приводит к всё более твёрдой приверженности объектам прибежища, а этот процесс, в свою очередь, стимулирует рост самого понимания. Кульминацией совершенствования в этих двух направлениях является достижение надмирского пути. При достижении этот путь раскрывает истину, лежащую в учении и приверженность объектам прибежища становится непоколебимой, поскольку их проверка произошла на личном опыте.

Принятие прибежища также является действием воли. Оно совершается благодаря добровольному решению без принуждения или давления со стороны. Человек делает этот выбор "без принуждения со стороны других" (арагаррасауа). Этот добровольный поступок приводит к далеко идущей перестройке стремлений человека. В то время как ранее его внимание было поглощено множеством интересов и забот, с момента принятия прибежища стремления становятся упорядоченными и сконцентрированными, благодаря этому новому объекту приверженности. В центр духовной жизни помещается новый идеал, вытесняющий менее важные заботы и ставящий всё остальное в подчинённое по отношению к себе положение. Благодаря этому, принятие прибежища приводит в гармонию систему ценностей человека, которые восходят и соединяются в сильном стремлении к освобождению, направляющем все виды деятельности.

Кроме того, происходит и глубокая перемена в направленности воли. До принятия прибежища она стремится во внешний мир, стараясь расширить границы своего самомнения. Воля пытается увеличить пространство для эго, расширяя диапазон того, что находится в собственности, под его контролем или в подчинении. Человек, обращаясь к учению Будды как к прибежищу, закладывает фундамент, благодаря которому эта сила может быть ослаблена и повернута вспять. Будда учит, что стремление расширять пространство для эго является причиной нашей связанности путями. Это проявление жадности, пристрастия и привязанности, ведущее прямой дорогой к разочарованию и отчаянию. Когда приходит такое понимание, человек осознаёт опасность эгоистичных стремлений и его воля поворачивается в противоположную сторону, к отрешению и непривязанности. Постепенно пропадает интерес к объектам привязанности, а понятия "Я" и "моё" более не связываются с тем, с чем они были связаны ранее. Приходит понимание, что окончательное освобождение лежит не в расширении своего эго до бесконечности, а в полном уничтожении иллюзии его существования.

Третий аспект в принятии прибежища – эмоциональный. Хотя сам этот поступок требует большего, чем просто чувственного порыва, он не сможет дать результата без поступательного импульса со стороны эмоций. В акте принятия прибежища участвуют три чувства: уверенность, почтение и любовь. Уверенность (pasāda) – это чувство безмятежной веры в способность объектов тройного прибежища предоставить защиту, основанное на чётком понимании их качеств и функций. Уверенность порождает почтение (gāraṇa) – чувство преклонения, уважения и почитания, возникающее от растущего понимания совершенства и величия Трёх Драгоценностей. Однако это почтение не является холодным, формальным или отчуждённым. Ощущая, как Дхамма видоизменяет нашу жизнь, мы начинаем испытывать пробуждение любви (prema). Любовь добавляет тепло и живительную силу в духовную практику. Она поджигает пламя приверженности, находя выражение в форме целеустремлённого служения, благодаря которому мы стремимся распространить на других защитную и освобождающую силу тройного прибежища.

V. Предназначение принятия прибежища 🏠

Принятие прибежища – это врата в учение Будды. Согласно учению, оно служит отправной точкой для всех видов буддийской духовной практики. Чтобы должным образом начать практику, нужно войти к ней через дверь принятия прибежища, подобно тому, как нам приходится входить через дверь ресторана, когда мы пришли пообедать. Если вы просто стояли на улице и читали меню через стекло, то так и останетесь голодным, хотя теперь и обладаете глубоким знанием перечня подаваемых в этом ресторане блюд. Точно так же, если мы просто изучаем и почитаем учение Будды, нельзя считать, что мы занимаемся его практикой. Даже если мы практикуем отдельные элементы в повседневной жизни, не приняв в самом начале прибежища, это не может считаться настоящим следованием учению Будды. В этом случае мы совершаем поступки в соответствии или согласующиеся с учением, но поскольку они не сопровождаются чувством принятого прибежища в Трёх Драгоценностях, их нельзя называть буддийской практикой.

Чтобы обрисовать значимость принятия прибежища, мы сравним двух человек. Один скрупулёзно соблюдает принципы, заложенные в пяти правилах нравственного поведения (pañcasīla). Он не проходил формального принятия этих правил по буддийскому обычаю, но неосознанно следует изложенным в них нормам поведения с помощью собственного чувства умелого и неумелого. То есть, он соблюдает их как общепринятые нравственные нормы. Предположим также, что он занимается медитацией по несколько часов в день, но относится к этому не как к практике Дхаммы, а как к средству достижения спокойствия ума здесь и сейчас. Также можно допустить, что этот человек уже знаком с учением Будды. Но хотя он уважает и высоко ценит это учение, его убеждённость не столь сильна, чтобы признать Дхамму истинной или ощутить необходимость в принятии прибежища.

Теперь давайте представим себе другого человека, находящегося в условиях, в которых невозможно до мелочей соблюдать правила поведения и у кого нет свободного времени для занятия медитацией. Но при отсутствии этих достижений, он от всего сердца, искренне, осмысленно, осознавая цель, принял прибежище в Трёх

Драгоценностях. Сравнивая этих двух людей мы можем задаться вопросом, чьё отношение имеет большую ценность с точки зрения духовного развития в долгосрочной перспективе? Взгляды ли это первого человека, не принявшего прибежище, но соблюдающего принципы Пяти правил и медитирующего по несколько часов в день? Или более ценно отношение второго человека, который не может в совершенстве следовать всему этому, но принял прибежище в Будде, Дхамме и Сангхе? В суттах и комментариях на этот счёт нет чёткого объяснения, но при этом у нас есть достаточно сведений, на основе которых можно построить своё рассуждение. Отталкиваясь от них, можно сделать вывод, что отношение второго человека, искренне принявшего прибежище на основе чёткого понимания этого поступка, имеет большую духовую ценность в долгосрочной перспективе. Это заключение можно сделать на следующем основании.

В результате соблюдения правил и медитации, первый человек ощутит спокойствие и счастье в этой жизни и накопит заслуги, ведущие к благоприятному перерождению в будущем. Однако, когда накопленные заслуги проявляются, они со временем могут исчерпаться и их сила перестанет действовать, так и не приведя к дальнейшему духовному развитию. Когда благоприятное рождение, достигнутое благодаря заслугам, подходит к концу, за ним следует другое перерождение, в соответствии с накопленной кармой. То есть, человек продолжит блуждание в цикле жизни. Его умелые поступки не могут непосредственно помочь в деле освобождения от круга Сансары.

Но второй человек, не имеющий возможности тщательно заниматься всеми видами практики, но искренне принявший прибежище в Трёх Драгоценностях, создаёт основу для духовного прогресса в будущих жизнях, благодаря одному лишь этому поступку. Конечно ему придётся испытать результаты накопленной кармы, которых нельзя избежать просто приняв прибежище. Но этот поступок, став подлинным центром духовной жизни человека, является сам по себе мощной умелой кармой. Он будет невидимой нитью, связывающей с учением Будды в следующих жизнях, увеличивая шансы на достижение в будущем. Даже если такому человеку не удастся достичь освобождения за то время, пока существует учение Будды Готамы, наверняка эта невидимая нить приведёт его к следующим Буддам и так до тех пор, пока он не достигнет конечной цели. Поскольку все эти блага произрастают от семени искреннего принятия прибежища, мы понимаем чрезвычайно большую значимость этого поступка.

Важность принятия прибежища можно также подчеркнуть через сравнение, в котором вера отождествляется с семенем. Поскольку вера подвигает человека на принятие прибежища, аналогия может быть применена и к самому этому акту. Ранее мы объясняли, что со стороны интеллекта в принятии прибежища участвуют три фактора – понимание, воля и эмоции. Эти факторы присутствуют и в таком начальном процессе как поиск прибежища, находясь в нём в виде семян, обладающих потенциалом роста и способных превратиться в цветы и плоды буддийской духовной практики. Понимание, ведущее человека к принятию прибежища, понимание опасности и ужасов существования в Сансаре – это и есть семя для фактора мудрости, которое затем вырастает в прямое познание четырёх благородных истин. Элемент воли служит семенем желания к отрешению, которое является движущей силой, подталкивающей человека к отказу от желаний, удовольствий и эгоистичных пристрастий, чтобы стать монахом для поиска освобождения. Она также служит и семенем для практики Правильного Усилия, шестого фактора Благородного Восьмеричного Пути, который мы практикуем, чтобы отбросить неумелые состояния ума и развить чистые и умелые.

Приверженность и почтение к Трём Драгоценностям становятся семенами для "непоколебимой уверенности" (aveccappasada) – убеждённости благородного последователя, чью уверенность в Будде, Дхамме и Сангхе не может поколебать никакая внешняя сила. Вот таким образом простой акт принятия прибежища служит тройным семенем для развития высших качеств – правильного понимания, правильного усилия и непоколебимой уверенности. На этом самом примере мы снова понимаем, сколь важным является данный поступок.

VI. Способы принятия прибежища 🏠

Существует два способа принятия прибежища: наивысший или надмирской и обычный или мирской. Надмирское принятие прибежища – это поступок, совершаемый человеком высокого духовного уровня, то есть, благородным последователем, достигшим надмирского пути, что необратимо ведёт к Ниббане. Когда такой человек прибегает к прибежищу в Трёх Драгоценностях, этот его поступок является наивысшим, непоколебимым и непобедимым. Благородный человек в течение оставшихся жизней (не более семи) не может прибегнуть как к прибежищу к какому-то другому учителю, кроме Будды, к какому-либо другому учению, кроме Дхаммы и к какой-либо другой религиозной общине, кроме Сангхи. Будда сказал, что уверенность такого последователя в Трёх Драгоценностях столь тверда и непреклонна, что никто во вселенной не может поколебать её.

Обычный способ принятия прибежища в Трёх Драгоценностях совершается простыми людьми, то есть тем подавляющим большинством, которые ещё не достигли состояния благородной личности. Это принятие прибежища в свою очередь может быть двух видов – первоначальное и регулярное.

Первоначальное принятие прибежища совершается, когда человек впервые проходит формальную его церемонию. Изучив основные принципы учения Будды и начав заниматься некоторыми видами буддийской духовной практики, человек приходит к пониманию пользы данного учения для себя. В этом случае он может захотеть выразить свою приверженность, совершив соответствующий ритуал. Строго говоря, человек принимает прибежище в Трёх Драгоценностях именно в тот момент, когда на уровне интеллекта он признаёт Будду, Дхамму и Сангху своими направляющими идеалами и в результате становится буддистом-мирянином (upasaka, upasika). Однако, в буддийской традиции считается недостаточным в нормальных условиях принимать прибежище на одном лишь мысленном уровне. Если человек действительно убеждён в истинности учения Будды и хочет следовать ему, то, если есть такая возможность, желательно пройти ритуал принятия прибежища согласно сложившейся буддийской традиции. Это означает получить три прибежища от буддийского монаха, прошедшего полное посвящение и имеющего в Сангхе хорошую репутацию.

Если вы решили провести эту церемонию, то нужно найти квалифицированного монаха, которым может быть ваш духовный наставник или любой другой уважаемый член Общины. Следует обсудить с ним ваши намерения и совершить необходимые приготовления для ритуала. В назначенный день следует прийти в храм или монастырь, принеся с собой подношения, такие как свечи, благовония, цветы для места поклонения и небольшой подарок для монаха, с которым вы договорились. Совершая подношения в

присутствии наставника, следует сложить ладони вместе у груди, совершая тем самым жест уважения (añjali), трижды поклониться образу Будды и выразить почтение Трём Драгоценностям, представленным изображениями и символами храма. Затем, сев на колени перед местом поклонения, нужно попросить у монаха три прибежища. Монах скажет "повторяйте за мной" и произнесёт следующую фразу:

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi	Я прибегаю к Будде как к прибежищу
Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi	Я прибегаю к Дхамме как к прибежищу
Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi	Я прибегаю к Сангхе как к прибежищу
Dutiyampi buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi	во второй раз я прибегаю к Будде как к прибежищу
Dutiyampi dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi	во второй раз я прибегаю к Дхамме как к прибежищу
Dutiyampi saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi	во второй раз я прибегаю к Сангхе как к прибежищу
Tatiyampi buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi	в третий раз я прибегаю к Будде как к прибежищу
Tatiyampi dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi	в третий раз я прибегаю к Дхамме как к прибежищу
Tatiyampi saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi	в третий раз я прибегаю к Сангхе как к прибежищу

Вы должны повторять за ним строку за строкой. По окончании церемонии монах скажет: Saraṇagataṃ samvappāṃ ("принятие прибежища завершено"). С этого момента человек формально становится последователем Будды и продолжает им быть пока прибежище не нарушено. Но чтобы сделать прибежище особенно сильным и чётким, можно подтвердить его принятие, ответив монаху следующее: "Почтенный, пожалуйста, считайте меня мирским последователем, принявшим прибежище отныне и до конца жизни". Эти слова произносят, чтобы заявить о своей решимости в течение всей оставшейся жизни быть приверженным трём прибежищам как идеалу, указывающему путь. После церемонии принятия прибежища монах обычно даёт мирскому последователю пять правил обучения. Это нормы нравственного поведения, заключающиеся в воздержании от лишения жизни, воровства, половой распущенности, лжи и опьяняющих веществ. Мы рассмотрим их во второй части.

Благодаря первому прохождению формальной церемонии принятия прибежища человек открыто заявляет о своём следовании учению Будды, становясь его самопровозглашённым последователем. Однако принятие прибежища не должно быть событием, происходящим раз в жизни и потом со временем стирающимся из памяти. На самом деле это способ развития и внутреннего самосовершенствования, к которому следует обращаться регулярно, повторяя его снова и снова, сделав частью ежедневного распорядка. Подобно тому, как мы каждое утро умываемся, чтобы поддерживать тело в чистоте, нужно заботиться и о своём уме, ежедневно помещая в него семя для продвижения по пути буддийской практики. Этим семенем является принятие

прибежища. Желательно совершать эту процедуру дважды в день, каждый раз произнося все 9 строк. Но если принимать прибежище дважды в день оказывается невозможным, то нужно найти время, чтобы произносить эти строки хотя бы раз в день.

Ежедневное принятие прибежища лучше всего выполнять в специально отведённой для этого комнате или у домашнего алтаря с образом Будды. Декламация может предваряться подношением свечей, благовоний или цветов. Совершив подношения, нужно трижды поклониться образу Будды и, оставаясь на коленях, сложить руки вместе у груди (añjali). Перед декламацией принятия прибежища, полезно представить себе Три Драгоценности, к которым они обращены, чтобы возникло ощущение их реального присутствия рядом с вами. Будду можно представить, вспоминая его красивое изображение или статую. Вообразите, что перед образом Будды лежат три тома писаний, представляющих собой Типитаку – собрание буддийских учений. Они символизируют Дхамму – второй объект прибежища. Также её символом может выступать "колесо Дхаммы" (dhammacakka) с восемью спицами, символизирующими Благородный Восьмеричный Путь. Все спицы сходятся у оси колеса, олицетворяющей Ниббану. Колесо Дхаммы должно быть светлым и прекрасным, излучающим золотой свет. Чтобы представить Сангху, можно вообразить двух старших учеников Сарипутту и Моггалану, стоящих по обе стороны Будды. Кроме того, Сангху может символизировать группа монахов, следовавших учению и достигших состояния Архата, в котором полностью уничтожены все пороки и достигнуто совершенное освобождение.

Развивая веру и уверенность, удерживая в своём воображении все представленные объекты, следует с чувством и убеждённостью трижды произнести строфы принятия прибежища. Если вы занимаетесь медитацией, то важно произнести эти слова до её начала, потому что они помогают поддерживать целеустремлённость посреди всех препятствий, с которыми приходится сталкиваться на пути. По этой причине те, кто приступает к интенсивной практике медитации в уединённом месте, предваряют её не обычными словами принятия прибежища, а следующей фразой: "Ahaṃ attānaṃ Buddhassa niyyatemi Dhammassa Saṅghassa" – "Я предаю себя в руки Будды, Дхаммы и Сангхи". Предавая себя и свою жизнь в руки Трёх Драгоценностей, последователь защищается от препятствий, которые могут возникнуть на пути и ограждает себя от эгоистичной привязанности к обретаемым достижениям. Но к этому варианту принятия прибежища нельзя относиться легкомысленно, потому что его последствия очень серьёзны. В обычных случаях для ежедневной практики следует пользоваться стандартным вариантом.

VII. Искажения и нарушение прибежища 🐦

Искажения прибежища – это факторы, делающие его принятие осквернённым, неискренним и неэффективным. В комментариях сказано, что существует три таких фактора: невежество, сомнение и ложные взгляды. Если человек не понимает причины для принятия прибежища, его смысл или качества Трёх Драгоценностей, этот недостаток знаний является формой невежества, искажающего данный поступок изнутри. Сомнение оскверняет прибежище по той причине, что подверженный ему человек не может быть твёрдо уверенным в Трёх Драгоценностях. Его приверженность запятнана путаницей в мыслях, подозрением и нерешительностью. Ложные взгляды

представляют собой ошибочное понимание акта принятия прибежища или заблуждения на предмет Трёх Драгоценностей. Человек, обладающий ложными взглядами, принимает прибежище, считая что сам этот поступок гарантирует ему освобождение. Он может верить, что Будда – это бог, способный спасти его, что Дхамма содержит учение о вечной душе или что Сангха является заступником за людей, посредством которого предоставляется спасение. Тем не менее, пусть даже принятие прибежища искажено этими факторами, человек станет буддистом и его прибежище будет действительным, пока он считает Три Драгоценности своим высшим убежищем. Но хотя это прибежище действительно, само отношение человека к его принятию является ошибочным и нуждается в исправлении. Это исправление может произойти, если он встретит квалифицированного учителя, который даст необходимые рекомендации и поможет преодолеть невежество, сомнения и ложные взгляды.

Нарушение прибежища означает отказ от приверженности трём его составляющим. Оно происходит, когда человек, принявший прибежище, начинает считать своим идеалом или опорой что-то отличное от Трёх Драгоценностей. Если он начинает считать кого-то превосходящим Будду или более авторитетным духовным учителем, чем Будда, то прибежище этого человека в Будде становится недействительным. Если он начинает считать другое учение лучшим, чем Дхамма, или прибегает для достижения освобождения к другой системе практики, то прибежище этого человека в Дхамме становится недействительным. Если он начинает считать какую-то общину благородных личностей помимо Сангхи, как обладающую надмирскими достижениями или находящуюся на более высоком уровне, то прибежище этого человека в Сангхе становится недействительным. Чтобы принятие прибежища было действительным и неискажённым, следует признать Три Драгоценности единственным средством достижения окончательного освобождения: "Нет для меня другого прибежища. Будда, Дхамма и Сангха – вот моё наивысшее прибежище".[4]

Нарушение приверженности хотя бы одной драгоценности, делает недействительной приверженность и всем остальным, потому что функционирование прибежища требует признания взаимосвязанности и неотделимости всех трёх его составляющих. Поэтому, принимая что-то другое помимо Трёх Драгоценностей в качестве своей наивысшей опоры, человек прерывает прибежище в них и отказывается от своего статуса последователя Будды, Дхаммы и Сангхи.[5] Чтобы прибежище стало действительным, нужно принять его заново, желательно предварив признанием своего проступка, после которого пройти формальную церемонию от начала и до конца.

VIII. Аналогии, иллюстрирующие объекты прибежища 📌

Согласно традиционной индийской манере изложения своих идей, объяснение не может считаться законченным, пока оно не проиллюстрировано аналогиями. Поэтому мы завершим наше рассмотрение принятия прибежища классическими аналогиями его объектов. Хотя в буддийских текстах даётся множество прекрасных сравнений, мы для краткости ограничимся четырьмя.

В первой аналогии Будда сравнивается с Солнцем, потому что его появление в нашем мире подобно восходу дневного светила из-за горизонта. Его истинное учение (Дхамма) подобна множеству лучей, распространяющихся по Земле, рассеивающих тьму и ночной

холод, дающих тепло и свет для всех. Сангха подобна тем существам, которые завидев, что тьма рассеялась, начинают заниматься своими делами, радуясь теплу и свету Солнца.

Во второй аналогии Будда сравнивается с полной Луной, королевой ночного неба. Дхамма похожа на лунный свет, проливающийся на землю и дающий прохладу после дневной жары. Сангха – это люди, выходящие ночью на улицу, чтобы насладиться освежающей красотой лунного света.

В третьей аналогии Будду сравнивают с большой тучей, пришедшей в сельскую местность во время, когда земля иссушена летним солнцем. Истинное учение, заключённое в Дхамме – это проливающиеся струи дождя, которые наполняют землю водой и питают посадки человека и все остальные растения. Сангха похожа на растения – деревья, кустарники и траву, которые растут и распускаются благодаря питанию дождя, пролившегося на них из тучи.

Четвёртая аналогия сравнивает Будду с цветком лотоса – символом красоты и непорочности. Подобно лотосу, что растёт в мутном озере и выходит на поверхность во всей красоте, незапятнанный грязью, так и Будда, выросший в этом мире, превосходит его и живёт незапятнанный его пороками. Дхамма Будды подобна восхитительному благоуханию, исходящему от цветка лотоса и приносящему удовольствие всем. Сангха здесь сравнивается со множеством пчёл, что стремятся к цветку за нектаром, а потом летят в свои ульи, где нектар станет мёдом.

Примечания автора ↗

1. Khuddakapatha-Atthakatha: Saranagatanam ten'eva saranagamanena bhayam santasam dukkham duggatim parikkilesam himsati vidhamati niharati nirodheti. [[Назад](#)]

2. Следует отметить, что хотя в Сангху благородных личностей могут входить и миряне, слово "Сангха" в буддизме Тхеравады никогда не используется для обозначения всей совокупности последователей учения. В обиходе оно означает общину монахов. Любые попытки расширить значение слова "Сангха" считаются неоправданными. [[Назад](#)]

3. Tappasada-taggarutahi vihatakilesa tapparayanatokarappavatto cittuppado saranagamanam. [[Назад](#)]

4. "Natthi me saranam aññam Buddhō (Dhammo Sangho) me saranam varam" – традиционное буддийское выражение приверженности. [[Назад](#)]

5. Хотя в традиционной литературе нарушением прибежища считается только выбор другого объекта приверженности, можно также приравнять к нему и полную потерю интереса к Трёх Драгоценностям или мнение о необязательности полагаться на них. [[Назад](#)]