

ДХАММА

ДЛЯ ТЕХ, КТО БОЛЕН

Буддадаса Бхиккху

ДХАММА

ДЛЯ ТЕХ, КТО БОЛЕН

Буддадаса Бхиккху

ДХАММА ДЛЯ ТЕХ, КТО БОЛЕН

Буддадаса Бхиккху

Перевод с тайского Сантикаро Упасака
Перевод с английского Кун Ден

Вёрстка и подготовка к печати: Елена Данилова

Первое издание, опубликованное архивом Буддадаса Индапанно, 2020 г.
© Kevala Retreat, апрель 2020 г.

Эта работа лицензирована в соответствии с Creative Commons
Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 Международная лицензия

Обложка: «Исцеляющая картина»,
акриловая картина Пьера Виттмана (Ref. 930)

Фотография Буддадаса Бхиккху
из архива Буддадаса Индапанно (ссылка D-143)

Архив Буддадасы Индапанно (BIA)
Vachirabenjatas Park
Nikom Rot Fai Sai 2 Rd.
Chatuchak, Bangkok, 10900 Thailand
Tel. +66 2936 2800
suannmokkh_bangkok@bia.or.th
www.bia.or.th

«Дар Дхаммы выше всех других даров» (Дхаммапада, 354)

Только для свободного распространения

АНУМОНДАНА

(всем Дхамма друзьям, кто помогает распространять Дхамму)

Распространяйте Дхамму,
чтобы изливалось истинное знание
Вещайте величественную Дхамму,
чтобы изучалась радость долгой жизни
Раскройте неисчерпаемую Дхамму,
чтобы открыть источник добродетели
Позвольте спокойному наслаждению течь
как прохладный горный поток
Дхамма живет много лет, прорастая вновь и вновь
Раскрываясь и цвеля в Дхамма центрах всех городов
Распространяйте сияющую Дхамму,
вращивайте её в своих сердцах
И уйдут сорняки печали, боль и страдания покинут нас
Когда нравственность оживает и оглашается
среди Тайского общества,
Все сердца чувствуют искреннюю любовь к тем,
кто родился, живет, и умирает
Поздравления и благословения всем Дхамма друзьям
Вам, кто вещает Дхамму,
распространяя радость всеобщего процветания
Сердечнейшее признание от Буддадасы Индапанно
Буддийское учение вечно сияй лучами Бодхи
В благодарном служении, плоды заслуг и успехов
Все посвящены Отцу Учителю Будде
Так славен будь тайский народ своею моралью
И успех в постижении Буддизма да пробудит твои сердца
Долгой жизни в триумфальной силе Королю и Его Семье
Да будет нескончаемой радость на нашей Земле

От Буддадасы Бхиккху *Buddha Dasa Indapanan*
Суан Моккхабаларама
Чайя, 2 Ноября 2530 года
Английский перевод Сантикаро Бхиккху,
3 Февраля 2531 (1988) года

*Прим. пер.: Анумодана (anumodanā) означает благодарность.

СОДЕРЖАНИЕ

Анумодана	3
Содержание	4
Дхамма для простых людей, страдающих от болезней.....	5
Особенное напоминание товарищу по Дхамме, находящемуся при смерти.....	8
Об авторе.....	18
О переводчике	19
Список рекомендуемой литературы	19
Другие полезные ссылки.....	20
Фонд Буддадасы	20

ДХАММА ДЛЯ ПРОСТЫХ ЛЮДЕЙ, СТРАДАЮЩИХ ОТ БОЛЕЗНЕЙ

*Эта речь была произнесена Аджаном Буддасой
19 июля 1982 года.¹*

Данная беседа о Дхамме предназначена тем, кто болен. Пожалуйста, внимательно прочитайте эту беседу и тщательно её обдумайте.

Болезнь – это нечто естественное и обыкновенное

Ввиду того, что все *санкхары* (saṅkhāras) претерпевают изменения, болезнь следует рассматривать как нечто естественное, как явление, присущее всем физическим *санкхарам* (телам) вне зависимости от того, идёт ли речь о людях или других существах². Всякий раз, когда происходит изменение, оно может быть направлено как вверх, так и вниз. Восходящее изменение приносит чувство здоровья и комфорта. Нисходящее изменение порождает болезнь. Когда физические (телесные) *санкхары* последовательно стареют, значительная часть изменений приводит к боли и болезням. Подобные события нужно видеть такими, какими они и являются на самом деле – таковы все *санкхары*. Короче говоря, боль и болезнь являются нормальными и естественными для физических *санкхар*.

¹ Это выступление предназначалось для широкой аудитории, для тех, кто присутствовал лично, и для тех, кто впоследствии слушал эту запись. Многие из этих людей были уже в почтенном возрасте. У некоторых из них были традиционные буддийские представления о будущих жизнях. В то время (19 июля 1982 года) здоровье Тана Аджана становилось то лучше, то хуже.

² Данный контекст предполагает общее понимание *санкхар* как физических тел. Обычно Тан Аджан использует этот термин в его универсальном значении (все обусловленные вещи) или в специфическом значении, которое встречается в учениях о взаимозависимом возникновении (*paṭiccasamutpāda*). Здесь он не указывает на физические *санкхары*, но его аудитория, вероятно, понимала *санкхары* как «тела».

Болезнь напоминает нам о том, чтобы мы были разумными

Давайте рассмотрим причину, по которой происходит болезнь. Мы должны рассматривать болезнь так, чтобы в этом была польза, то есть понимать, что она пришла для того, чтобы нас предупредить. Болезнь существует не для того, чтобы заставить нас печалиться или страдать. В ней нет ничего такого, о чём можно было бы сожалеть или из-за чего можно было бы страдать. Такое отношение не принесёт никакой пользы, потому что такова природа всех физических *санкхар*. Скорее, болезнь должна нас предупредить и научить быть более разумными, нежели чем страдающими. Болезнь учит нас быть готовыми к окончательному и безостаточному прекращению, погашению всей *дуккхи*. Если мы ещё вращаемся в круговороте *сансары*, то неизбежно будем страдать от рождения, старения, болезней и смерти. Если вы не хотите чтобы рождение, старение, болезни и смерть происходили, тогда не вращайтесь в круговороте *сансары*.

Чтобы выйти за пределы дуккхи, нужно погаснуть без остатка

Болезнь и лихорадка пришли для того, чтобы предостеречь вас, чтобы показать вам, как устроена жизнь. Если вы хотите освободиться от такого рода существования, а именно от болезни, вам следует подготовить себя к угасанию без остатка. Такое безостановочное угасание – это охлаждение *санкхар*, не оставляющее какого-либо топлива для нового рождения. Даже если тело ещё не готово к распаду, сердце добровольно соглашается с таким прекращением. Прямо говоря, с этого момента мы полностью готовы пребывать без эго. Прямо сейчас мы добровольно хотим освободиться от эго. Наши сердца освобождаются и отказываются от всего, что касается *санкхар*. Разрешите все вопросы, связанные с этими *санкхарами* так, чтобы не осталось никаких мыслей в терминах «эго» и собствен-

ного «я». Мы знаем, что настойчивое блуждание в колесе сансары приводит к тому, что мы становимся больны. Этому нет конца. Если вы хотите перестать быть такими, то прекратите ощущать, что *санкхары* являются «вашим эго» или что они «ваши». Они угасают, когда больше нет ощущения, что нечто является «мною» или «моим».

Не принимайте санкхары на свой счёт

Санкхары болеют естественным образом. Если мы цепляемся за них, как за «мои *санкхары*», то боль и болезнь тоже становятся «моими». В результате мы страдаем, испытываем грусть или разочарование. Если мы непреклонны в своём новом намерении, если мы обладаем интеллектом и устойчивым умом, то мы обязуемся позволить *санкхарам* быть самим по себе. Пусть *санкхары* будут предоставлены самим себе, не цепляйтесь за них как за «моё» или «наше». История *санкхар* заключается в том, что они не вечны, они непостоянны. *Санкхары* – это *дуккха*, их природа состоит в том, что они создают напряжение и они ненадёжны. *Санкхары* – это *анатта*, они лишены сущности, неотъемлемой, длящейся индивидуальности, чувства «я». То, что нам нужно, так это остановка, успокоение и охлаждение, что напрямую относится к *Ниббане*.

Освобождение ума

Ум должен уметь видеть таким образом, чтобы у него не было цепляния за физическую материю как за что-то своё. Позвольте телесным *санкхарам* болеть или распадаться естественным образом, чтобы к ним не было привязанности как к «моей боли», «моей болезни» или «моей смерти». Тогда ум не будет связан с болезнью и смертью. Вместо этого он освободится от боли, болезней и смерти. В такой свободе нет ухода и возвращения в круговорот *сансары*.

Это и есть то предупреждение, которое приносит болезнь, говоря нам, что так будет разумнее. Болезнь приходит не для того, чтобы заставить нас страдать. Она не требует наших страданий. Болезнь бросает нам вызов, напоминает о необходимости полностью погасить чувство, что есть «я» и «моё». Она не говорит нам, чтобы мы поспоропились и убили себя, что не имеет никакого смысла. Вместо этого она напоминает нам о необходимости прекратить цепляться за «я» и прекратить цепляться за что-либо как за «моё». Вот это я и имею в виду, говоря вам о том, чтобы вы «погасли без остатка». Когда цепляние за «я» и «моё» угасает, тогда некому будет рождаться, стареть, чувствовать себя больным и умирать.

СПЕЦИАЛЬНОЕ НАПОМИНАНИЕ ТОВАРИЩУ ПО ДХАММЕ, НАХОДЯЩЕМУСЯ ПРИ СМЕРТИ

*Эта речь была произнесена 21 мая 1981 года
в монастыре Суан Мокх.*

Эту речь Аджан Буддадаса произнёс под открытым небом, в роще монастыря Суан Моккх, где проходила большая часть его публичных выступлений. Постепенно выясняется, что у данной беседы также была особая цель. Монах Пхра Тулайабаксуваманда, отставной высокопоставленный правительственный чиновник и близкий друг Аджана Буддадасы в Дхамме, был болен и умирал. Послание Тана Аджана посвящалось данной ситуации. Он обращался к своему давнему соратнику, который был знаком с более глубокими аспектами буддийского учения. Таким образом, данная речь, – это скорее напоминание, нежели новое учение. Это обзор, призванный подготовиться к неизбежному. Аджан Буддадаса придавал большое значение буддийским учениям о пустоте. Читателям, которые ещё не знакомы с этими учениями, следует иметь в виду специфику и контекст этой беседы. Несмотря на то,

что состояние нашего здоровья может значительно отличаться от того состояния, в котором тогда находился друг Тана Аджана, мы никогда не знаем, как скоро оно изменится.

Пользуясь возможностью, позвольте мне ещё раз воззвать к осознанности и пониманию тех людей, кто болен. Я расскажу вам, как при помощи Сердца буддизма можно прекратить всё зло и все страдания, причиняемые нам болезнями. Сердце буддизма позволяет нам извлекать из своих болезней максимальную пользу. Пожалуйста, слушайте очень внимательно.

Я уже неоднократно говорил о Сердце буддизма, поэтому многие из присутствующих здесь уже должны быть знакомы с этим понятием. Однако, некоторые из вас его забыли, а остальные вспоминают только в те моменты, когда хорошо себя чувствуют и пребывают в добром здравии. Как только болезнь берёт верх, мы часто становимся забывчивыми и потерянными. Так что давайте ещё раз рассмотрим это учение, чтобы в те моменты, когда мы встречаемся с болезнями, оно приносило нам пользу.

Можно найти множество слов для того, чтобы объяснить, что такое Сердце буддизма. Однако наиболее корректная, целенаправленная и лаконичная формулировка заключается во фразе «все вещи просто таковы». Боль – просто такова, удовольствие – просто таково, нейтральное чувство, когда нет ни боли, ни удовольствия – просто таково. Болезнь – просто такова. Невыздоровление – просто таково. Исцеление – просто таково. Не радуйтесь и не печальтесь по поводу своего здоровья, совершая при этом эмоциональные взлёты и падения. Болезнь – это просто то, что есть. На языке пали «таковость» звучит как *tatthata* (*tatthatā*), на китайском – *юоши* (*yoosi*); на тайском – *чен-нан-енг* (*chen-nan-eng*), на английском – *thusness*.

Давайте обратимся к нашим многочисленным прошлым дискуссиям. *Татхата* означает «просто так» или

«так, как есть». Всё есть просто так. Вещи, у которых есть причины и условия, – просто таковы. Вещи, у которых нет ни причин, ни условий, – просто таковы. Другими словами, *санкхары* (конструкции), – просто таковы. *Висанкхары* (не-конструкции), – просто таковы. *Санкхара* просто по-своему такова.¹ *Висанкхара* просто по-своему такова. *Ниббана* просто по-своему такова. В конце концов, нет ничего вообще, что бы не было по-своему просто таким².

К чему приводит понимание таковости? Быть может, вы вспомните это из наших предыдущих бесед. Давайте вкратце подытожим их суть. Санкхары, то есть такие вещи, которые имеют причины и условия, проходят через стадии возникновения, становления и прекращения. Их возникновение – таково, их становление – таково, и их прекращение – таково. Следовательно, рождение – просто такое, старение – просто такое, болезни – просто такие, и смерть тоже просто такая.

Пожалуйста, наблюдайте это настолько глубоко, чтобы на собственном опыте увидеть ту истину, что наше хорошее здоровье – просто такое, и что любая наша болезнь – просто такая. Если эта болезнь произошла из-за определённых причин и условий, то она тоже просто такая, какая есть. Смерть происходит потому, что просто такие её причины и условия. Мы видим таковость в каждой отдельной вещи, и ни одна из них не кажется нам странной. В смерти нет ничего необычного, как нет ничего необычного в её отсутствии. Всё есть просто так. Когда ум (*читта*) видит таковость, он пребывает в покое. Освободившись от

¹ Термин *санкхара* в тайском и палийском языках может принимать разные значения. В этом месте Тан Аджан использует данный термин в его универсальном значении (все обусловленные вещи, явления, возникающие из причин и условий, изменяющиеся и прекращающиеся благодаря причинам и условиям). В других местах в тексте, контекст может подразумевать общее тайское понимание *санкхар* как физических тел.

² *Висанкхара* (*visaṅkhāra*, эпитет *ниббаны*) — это то, что не сформировано, не обусловлено и не формирует. Ум, переживающий *висанкхару*, не обусловлен (не сформирован, не сконструирован).

беспокойства и борьбы, ум охлаждается в *Ниббана* до тех пор, пока не закончится эта читта. Ещё одно прекращение, и всё будет закончено. В таком уме ничто не может вызвать страдание. Такая читта не подвержена страданиям.

В этом суть нашей практики. Мы проводим исследование и в результате видим, что рождение, старение, болезнь и смерть – это вопросы таковости. В каждом из этих явлений мы осознаём их таковость. Рождение, старение, болезни и смерть – всё это обыденно и естественно, но не думайте, что мы ничего не можем со всем этим поделать. Мы можем остановить рождение, старение, болезни и смерть, не цепляясь за них с позиции «Эго» или своего «я». Не цепляйтесь ни за что, как за Эго³. И когда нет того отдельного «я», которое могло бы родиться, состариться, заболеть и умереть, где же тогда могут возникнуть эти условия и с кем они тогда могут произойти?

То же самое и с *каммой* (*кармой* – санскр.) Создавая в течение длительного времени *камму*, человек в итоге устает от вращения в колесе *сансары*, которое происходит в соответствии с этой *каммой* (намеренными действиями). В таком случае, что же нам со всем этим делать? Слушайте внимательно. Прекратите создавать Эго, и *камма* будет закончена. Мы можем остановить *камму*, когда нет никакой личности, которая её создаёт. У нас есть сила остановить *камму*, и тогда в ней больше не будет ни яда, ни злобы. Всё это не более чем таковость. Остаться под властью

³ Тан Аджан использовал *туа-гу* (*tua-goo*), чтобы выразить явное чувство собственного «я», которое легко становится эгоистичным, поскольку *гу* (*goo*) в современном тайском языке стало грубым разговорным местоимением. Здесь я перевел *туа-гу* как «Эго» в широко употребляемом смысле этого слова: «у него большое эго». Заглавная буква должна отмечать его особую чеканку и отличать это понятие от более технически определенных психологических терминов, касающихся эго и самости. Я использую слово «Мой» для перевода соответствующего *хонг-гу* (*khong-goo*), принадлежащего *гу* (*goo*). Далее в этой беседе он использует более мягкие термины, такие как «мы» и «наш», которые я перевел буквально. Эго и «Моё» делают жизнь эгоцентричной и тем самым способствуют страданию.

каммы – это таковость. Выйти из-под власти *каммы* – это таковость. Не подчиняться закону *каммы* – это таковость. Другими словами, действовать правильно в соответствии с высшей Дхаммой, которая может положить конец *камме* посредством естественного закона таковости, – это тоже таковость. Пусть всё происходит просто так. Пусть вещи будут просто такими, не превращайте их в Эго. Пусть все вещи будут таковы в соответствии со своей природой. Не принимайте их на свой счёт.

На этот счёт Будда объяснил, каким образом существа, доверившись ему как *кальянамитте*⁴, смогут выйти за пределы рождения, старения, болезней и смерти. Мы можем это сделать, Будда учил нас обновлять свой ум таким образом, чтобы это не сопровождалось рождением «Эго» или «моего». Эта реальность находится за пределами рождения, старения, болезни и смерти, она находится за пределами перехода с *каммой*.

Доверившись Будде как *кальянамитте*, мы устраняем своё Эго, и все проблемы заканчиваются сами собой. Другими словами, управление нашей жизнью «берёт на себя» *анатта*, или отсутствие отдельного «я». Всё лишено самостности, личностного существования и абсолютной индивидуальности. Благодаря этому нет никого, кто рождается, стареет, болеет и умирает. Нет никого, кто будет переходить под воздействием *каммы*. Есть просто естественные *санкхары*, действующие в соответствии со своими причинами и условиями. Другими словами, всё это просто так, или таковость. Всё происходит просто из-за закона *идапаччаята*.

Закон *идапаччаята* (обусловленности) имеет огромное значение. Согласно этому закону, наличие какого-то условия (*паччая*) способствует тому, что происходит что-

⁴ *Кальянамитта kalyāṇamitta* – хороший друг. Может означать учителя или человека, качества которого должен стараться перенять тот, кто практикует буддизм. Также это друг, на которого можно положиться.

то ещё. Каждое событие зависит от условий. Например, по причине того, что есть «Эго», возникает «Моё». «Эго» – это условие того, чтобы цепляться за различные вещи как за «Мои». Богатство, деньги, имущество и тому подобное становятся «Моими». Они становятся бременем, лежащим на Эго, которое страдает из-за этих вещей, возможно, из-за страха их потерять. Если ум пребывает в таковости и переживает таковость, то такого цепляния не происходит. Нет ничего, что могло бы поработить такой ум и вызвать в нём страдание.

Опираясь на таковость, мы живём и практикуем правильным образом, возвышая свой ум над страданием. *Санкхары* будут рождаться, стареть, болеть и умирать – не беспокойтесь о них. Пусть *санкхары* заботятся сами о себе. Мы видим таковость и переживаем таковость: эти вещи не содержат в себе беспокойства, они просто такие. Ум избавляет себя от волнений по поводу тех вещей, которые он не считает «своими». Когда мы принимаем опасные, отравленные вещи на свой счёт, это способствует возникновению мучений и страданий. Поэтому не принимайте ничего с цеплянием, так как само цепляние кусает того, кто цепляется. Это приводит к страданию. Не цепляйтесь, и ничто не сможет создать страдание.

Если на протяжении всей жизни и до самого конца, пока не угаснет ум, мы будем доверять Будде как *кальянамитте*, то он будет оставаться с нами. Это проявится в нашем несомненном знании, что «всё просто так». Знание таковости можно сравнить с тем, как если бы Будда шептал нам на ухо, напоминая: «это просто так, не считай это своим». Доверяя Будде как *кальянамитте*, мы получаем высшее благо. Не присваивать ничего на свой счёт – значит иметь в себе Сердце буддизма.

Сердце буддизма – это таковость. Видеть таковость, видеть *татхата* – значит иметь в своём сердце ясную и понятную таковость. Это то же самое, как если Будда пребывает вместе с нами, находясь прямо перед нами, на-

помяная нам быть осознанными, а не забывчивыми. Все вещи просто таковы. Нет никакой необходимости считать их «нашими» или «собой». Они находятся вне нашей власти, «мы» просто увлечены цеплянием. Чувства, мысли и предположения о том, что это «мы», на самом деле нами не являются. Наше представление о «себе» является результатом конструирования, происходящего в соответствии с естественными законами. Эти «мы» – нечто изменчивое и эфемерное. Настоящих «нас» не существует.

Так вот, болезнь меняется естественным образом. Это происходит в соответствии с естественными законами. Болезнь возникает, она меняется и трансформируется. Она возникает, изменяется и переходит во что-то ещё. Не принимайте эти симптомы за «свои». Как правило, мы можем видеть всё это когда не реагируем. Пока у нас ещё есть здоровье, а наш ум спокоен, нам следует хорошо понять необходимость предотвращения цепляний ума к чему бы то ни было. Когда ум ни за что не цепляется, нет никакого страдания. Когда приходит время для прекращения условий, формирующих это тело, мы должны вспомнить эти факты, и тогда не будет никакой *дуккхи*.

Смерть – не наша. Она представляет собой лишь симптомы и действия *санкхар*. Когда *санкхары* естественным образом создают такие симптомы и действия, от нас мало что зависит. Это не наша смерть. Нет никакого «я», которое умирает. Мы не думаем о «себе». Нет никакой личности, которой бы могла принадлежать эта смерть. Смотрите на неё просто как на обычные проявления природы, на присущую ей деятельность. Конечно, прекращение должно произойти. Прекращение неотвратимо.

Я хочу, чтобы в вашем сердце было знание того, как практиковать. И когда придёт время окончания, прекращения, и смерть будет действительно неотвратима, чтобы вы увидели, что она относится к *санкхарам*, к телу. Она никому не принадлежит, она не наша. Я написал по этому поводу строфы. Разрешите мне их вам прочитать. Пусть

они дадут вам душевный покой. Пусть в тот момент, когда *санкхары* начнут разрушаться и гаснуть, вы будете смеяться над смертью.

Все обусловленные вещи непостоянны
Они возникают, создавая всё больше *санкхар*
Затем естественным образом прекращаются
Санкхары не вечны – они просто такие, какие есть
И этот набор *санкхар* точно такой
Скорее всего, сегодня он прекратится
Никто не рождается и не умирает, лишь только
Санкхары угасают, согласно своей природе
С их угасанием приходит умиротворение
Они угасают в прохладе *Ниббаны*
Конструирование заканчивается
Согласно природе, ум и тело сегодня прекратятся
Без каких-либо условий для возвращения и нового
рождения.

Таково сердце всего буддизма. Весь буддизм сводится к тому, что все *санкхары* и *висакхары* таковы. Когда они раскрывают и показывают свою таковость, нет никаких причин привязываться или расстраиваться. Нет ничего, что можно было бы назвать проблемой. Отпускайте, и тогда ваш ум станет пустым и свободным. Когда он ни к чему и ни каким образом не привязывается, он всё отпускает.

А теперь я продекламирую вам несколько палийских строф.⁵ Пожалуйста, слушайте их всем сердцем. Закройте глаза, соберитесь с мыслями и внимательно слушайте:⁶

⁵ Большинство из следующих строф можно найти в стандартном наборе строф для декламации, которые каждый день произносятся в храмах по всему Таиланду.

⁶ Аудиозапись этой декламации Тан Аджана доступна в интернете, её можно найти по поиску: «Chanting for a Sick Dhamma Comrade».

***Sabbe saṅkhārā aniccāti yadā paññāya passati
Atha nibbindati dukkhe esa maggo visuddhiyā***

С мудрым видением того, что все санкхары
непостоянны, приходит разочарование во всех
болезненных вещах, которые когда-то пленили:
Это путь Ниббаны, высшей чистоты

***Sabbe saṅkhārā dukkhāti yadā paññāya passati
Atha nibbindati dukkhe esa maggo visuddhiyā***

С мудрым видением того, что все санкхары это
дуккха, приходит разочарование во всех болезненных
вещах, которые когда-то пленили:
Это путь Ниббаны, высшей чистоты

***Sabbe dhammā anattāti yadā paññāya passati
Atha nibbindati dukkhe esa maggo visuddhiyā***

С мудростью видя, что все Дхаммы не являются
самостью, приходит разочарование во всех
болезненных вещах, которые когда-то пленили:
Это путь Ниббаны, высшей чистоты

Saṅkhārā paramā dukkha tesaṃ vūpasamo sukho

Санкхары – это высшая дуккха, их успокоение –
это счастье

Nibbānaṃ paramā suññaṃ Nibbānaṃ paramā sukhaṃ

Ниббана – это высшая пустота,
ниббана – это высшее счастье

Nibbānaṃ paramā vadanti Buddhā

Ниббана – это Высочайшее, так говорят все Будды

***Itipi so bhagavā arahaṃ sammāsambuddho
vijjācaraṇasampanno sugato lokavidū anuttaro
purisadammasārathi satthā devamanussānaṃ buddho
bhagavā ti***

Благословенный далек от осквернения, он совершенно
пробудился, безупречен в поведении и понимании,

достиг блага, знаток миров, несравненный
проводник для обучения существ, учитель дэвов
и людей, пробужденный, знающий, раскрывшийся,
исследователь и толкователь Дхаммы

***Svākkhāto bhagavatā dhammo sandiṭṭhiko akāliko
ehiṇissiko opanayiko paccattaṃ veditabbo viññūhi ti***

Дхамма так прекрасно объяснена благословенным,
зримая уже в этом мире, в практике и плодах,
неподверженная времени, приглашающая прийти
и увидеть, ведущая всё глубже в сердце, познаваемая
мудрыми на собственном опыте

***Supaṭiṇanno bhagavato sāvakaśaṅgho ujupaṭiṇanno
bhagavato sāvakaśaṅgho ñāyapaṭiṇanno bhagavato
sāvakaśaṅgho sāmīcīpaṭiṇanno bhagavato sāvakaśaṅgho
yadidaṃ cattāri purisayugāni aṭṭha purisapuggalā esa
bhagavato sāvakaśaṅgho āhuneyyo pāhuneyyo akkhiṇeyyo
añjalikaranīyo anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassā ti***

Община учеников Благословенного вступила на
хороший путь, вступила на прямой путь, вступила на
должный путь, практикует успешно. Община учеников
Благословенного, это четыре пары Благородных, восемь
индивидуальных личностей. Это действительно
Сангха Учеников Пробуждённого, достойная
даров и гостеприимства, достойная подношений
и почитания, несравненное поле заслуг для мира.

Пожалуйста, считайте это моим личным визитом. Не-
смотря на то, что у меня не было возможности прийти,
я присутствовал своим голосом, который выполнил моё
намерение.

Да будете все вы поддерживать ум таким образом, что-
бы он склонялся к безостановочному гашению эго и без-
остановочному гашению той идеи, что нам может что-то
принадлежать. Не принимайте на свой счёт никаких стра-

даний, не принимайте на свой счёт какие-либо изменения *санкхар*, не считайте их своими. Благодаря видению тако-
вости, или *татхата* всех *санкхар*, не будет никакого ума,
который цепляется за вещи и в итоге страдает.

Пожалуйста, в каждый момент своей жизни придержи-
вайтесь такого понимания, и у вас не останется никаких
проблем. Это принесёт успокоение и прекращение во всех
аспектах, и ничему больше не нужно будет рождаться.

ОБ АВТОРЕ

Буддадаса Бхиккху родился в 1906 году. Его мать была
представительницей южного Таиланда, а отец – этниче-
ским китайцем. Следуя тайским традициям, в 1926 году
Буддадаса стал монахом одного из местных монасты-
рей. В течение нескольких лет он обучался в Бангкоке,
а в 1932 году основал своё собственное прибежище для
учебы и практики – монастырь Суан Моккх на юге Таи-
ланда, в провинции Сураттхани, неподалёку от места сво-
его рождения. Начиная с этого времени, Достопочтенный
Буддадаса оказал очень серьёзное влияние не только на
тайский буддизм, но и на другие религии Сиамы, а также
на последователей буддизма на Западе. Его наиболее важ-
ные достижения заключаются в том, что он:

- бросил вызов гегемонии поздних комментаторских
текстов, сделав упор на изначальные беседы Будды;
- объединил глубокое изучение Дхаммы, интеллектуаль-
ное творчество и строгую практику;
- объяснил Будда-Дхамму в пределах этой жизни, вклю-
чая возможность переживания *Ниббаны* на собствен-
ном опыте;
- смягчил различия в практике между монахами и ми-
рянами, делая упор на то, что Благородный восьмерич-
ный путь доступен каждому;

- предлагал поддержку для решения социальных и экологических проблем с опорой на буддийское учение, помогая развивать социально вовлеченный буддизм в Сиаме;
- основал свой лесной монастырь «Сад освобождения», создав на его основе инновационную педагогическую среду.

Буддадаса Бхиккху умер в 1993 году, после ряда болезней, включая несколько инсультов. Его кремировали без обычной помпезности и больших расходов.

О ПЕРЕВОДЧИКЕ

Сантикхаро обучался у Буддадасы Бхиккху в последние годы жизни учителя, с 1985 г. по 1993 г.. В течение этого времени он переводил как интервью и беседы Аджана Буддадасы, так и его печатные работы. Сегодня Сантикхаро продолжает делать переводы и другую работу по Дхамме в Кевала ретрит (Kevala Retreat) в Висконсине (США) и тесно сотрудничает с Архивом Буддадасы Индапанно.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

- *Анапанасати. Развитие осознанности с дыханием. Руководство для серьёзных начинающих*
- *Ключи к истине*
- *Основы буддизма*
- *Первые шаги в практике осознанности с дыханием*
- *Пустой ум*
- *Руководство к жизни*

Эти книги русском, а также некоторые произведения Буддадасы Бхиккху на других языках доступны для свободного скачивания по ссылке:

<https://www.suanmokkh.org/books>

ДРУГИЕ ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ:

- www.suanmokkh.org
- www.kevalaretreat.org
- www.liberationpark.org
- www.soundcloud.com/buddhadasa
- www.facebook.com/suanmokkhbangkok



Buddhadasa Foundation (Фонд Буддадасы)

Основанный в 1994 году, Фонд Буддадасы стремится способствовать изучению и практике Будда-Дхаммы согласно учения Достопочтенного Буддадасы Бхиккху. Он занят составлением и переводом его работ с тайского на иностранные языки, а также публикацией этих переводов для бесплатного распространения.



Liberation Park (Парк Освобождения)

Парк освобождения – это убежище Дхаммы на Среднем Западе США, вдохновлённое тайским монастырём Суан Моккх. Здесь Сантикхаро и его друзья, в соответствии с учением Адджана Буддадасы, работают над созданием Сада освобождения. В этом месте последователи пути Будды-Дхаммы могут исследовать Дхамму как в непосредственном контакте с природой, так и при помощи палийских сутт.



Buddhadāsa Indapañño Archives (Архив Буддадасы Индапанно)

Созданный в 2010 году, Архив Буддадаса Индапанно собирает, хранит и предоставляет оригинальные произведения Буддадасы Бхиккху. Известный также как Суан Моккх Бангкок, архив является инновационным местом для укрепления взаимопонимания между традициями, учения и практики Дхаммы.



