

БОЛЬШОЙ ХОЛСТ

Исходник The Large Canvas (January 20, 2010) by Thanissaro Bhikkhu :

<https://www.dhammadata.org/Archive/Writings/CrossIndexed/Published/Meditations7/100120TheLargeCanvas.pdf>

Тханиссаро Бхиккху Ṭhānissaro Bhikkhu (20 января 2010 г.)

Перевод с английского: Н. Ляпкина

Когда Будда давал учения о карме, принципе действия, он часто применял иллюстрацию о прошлом и будущем. Многочисленные мировые циклы начинались, когда брахмы покидали свои миры и оказывались в мире, который только начинал зарождаться. Любопытно, что первый брахма рухнул в новый мир совсем не по причине хорошей кармы. При этом он тут же счёл сам себя создателем. Вероятно, Будда подшучивал над брахманами, верящими в Великого Брахму. Брахма оказался Великим, потому что его (хорошая) карма истощилась.

С тех пор как мир стал развиваться, его форма и ход определяются кармой всех живых существ вплоть до сегодняшних дней.

Здесь Будда говорит о карме, уходящей в будущее. Когда мир людей начнёт деградировать, всё будет очень плохо. Человечество достигнет так называемого "интервала меча" (Интервал Меча - это мир на грани апокалипсиса). Жизнь станет очень короткой, люди будут охотиться друг на друга, как животные. Те из немногих оставшихся в живых, понимающие, что так жить нельзя, будут скрываться до тех пор, пока эта бойня не прекратится. Они постараются быть более добродетельными, более щедрыми. И мир начнёт снова развиваться вплоть до прибытия следующего Будды.

Это огромная картина, которую создаёт Будда. Существует много полотен, на которых он изображает такой масштаб. Но каждый раз, когда он прибегает к масштабному изображению, он возвращается к настоящему моменту, указывая на то, что сила, которая формирует вселенную, сила, которая формирует вашу жизнь, - это ваши намерения. Так Будда смещает фокус на настоящий момент, который прямо здесь, прямо сейчас.

Вот зачем мы тренируем ум - потому что нам необходимо тренировать свои намерения. Нам нужно тренироваться в способности отслеживать наши намерения и делать выбор. Если вы посмотрите на ум с любой позиции справедливости и объективности, вы заметите, что в уме возникают разные вещи: хорошие, плохие, нейтральные. И старый вопрос о том, хорош по своей сути ум или плох не имеет смысла. Ум состоит как из множества оттенков добра, так и из множества оттенков зла. И невозможно сказать, что из этого истиннее по своей природе.

Суть учения Будды заключается не в том, чтобы строить догадки по поводу того, что есть наша подлинная природа, а в том, что мы можем сделать с тем, что у нас есть. Мы можем принести много вреда, но мы также способны на добрые дела. Мы можем тренировать наши умы, развивая наши намерения, - и таким образом мы действительно можем добраться до точки выхода за пределы намерений - это окончательное счастье, безусловное, вне временных циклов.

Фактически, одно из прозрений практики приводит к осознанию того, что ваши намерения удерживают ваш опыт во времени. Дело не в том, что у вас имеются намерения на протяжении времени. Дело в том, что намерения ограничены временем. Выход за рамки ограничений - это и есть суть практики.

Вот почему Будда не говорил о природе Будды или о том, что кто-либо или что-либо хорошо или плохо по своей природе. У нас есть различные потенциалы. Вопрос не столько в том, откуда вы, сколько в том, куда вы направляетесь и что вы можете сделать со своим потенциалом. В то же время, мы здесь не ради того, чтобы судить о карме других людей.

Будда говорит, что лучший способ смотреть на других людей, делающих что-либо неумелое, состоит в том, чтобы спрашивать себя: "Я тоже что-то делаю неумело? Так вот как это выглядит со стороны, вот к чему оно ведёт". Когда вы видите страдания другого, не нужно думать, что это происходит из-за прошлой плохой кармы, а значит вполне заслуженно. Если думать таким образом, это будет неумелым использованием учения о мастерстве. Будда рекомендует вам включить рефлексия и подумать о том, что когда-то и вы были в подобном положении, более того, можете в любой момент снова в нём оказаться. И, окажись вы в такой ситуации, какую помощь вы хотели бы получить? Возможно, вы можете оказать кому-то такую помощь уже сейчас.

Итак, учение о карме не для того, чтобы осуждать других людей. Оно напоминает вам о том, что можно действовать умело. У вас есть такая возможность. И кто знает, какие злодеяния были совершены вами в прошлом и сколько добра было сделано вами за всю вашу историю. Поэтому, когда вы видите кого-то, кто процветает и счастлив, подумайте о том, что и вы были в таком же положении когда-то. У всех нас есть этот фон, сотканный из разнообразных видов кармы.

Мы удерживаем эту мысль, чтобы наше сострадание не носило снисходительный характер, и, чтобы, когда мы смотрим на удачу других людей, мы не испытывали бы ревность. И вот вопрос, который нужно задавать самому себе, - что из умелого я могу сделать прямо сейчас? Это не тот случай, когда вы смотрите на кого-то и как бы видите всю его подноготную, всю его прошлую карму. Существует распространённое ошибочное суждение, мол, если вы хотите увидеть чьи-то действия из прошлого, вы должны посмотреть на их нынешнюю ситуацию. Если вы хотите увидеть чьё-то будущее, вы должны посмотреть на их нынешние действия. Это слишком упрощённое понимание кармы. Когда вы смотрите на нынешнюю ситуацию кого-либо, вы догадываетесь лишь о некоторых их действиях из прошлого. Когда вы смотрите на их нынешние действия, вы видите лишь очень расплывчатые и ограниченные признаки того, каким может быть будущее этих людей.

Ни у кого из нас нет одной единственной учётной кармической записи, поэтому нужно обращать внимание на текущий баланс в каждый

отдельно взятый момент. Будда предлагает нам следующий образ: засеянное поле. Наши поля засеяны различными семенами. Некоторые готовы прорасти прямо сейчас, другие же могут прорасти в будущем. Наши нынешние желания, желания в настоящем - это то, что помогает возвращать определённые семена, помогает им прорасти быстрее. Итак, что нужно сделать - так это посмотреть на свои желания. Чего вы хотите сейчас? Что это за желания? Какие семена они подливают? Если вы пытаетесь кому-то помочь, на какие желания вы хотите их вдохновить? Вы хотите вдохновлять на умелое. И это то, что происходит в вашем уме.

Вот зачем нужна медитация - для того, чтобы вдохновлять и вдохновляться на умелые желания: желание быть щедрым, добродетельным, мудрым и пронизательным. Это одна из причин для практики концентрации, на которую указывает Будда; практики, которая помогает увидеть, что именно происходит в уме и как можно натренировать наши умственные и оценочные способности, чтобы уметь различать, что действительно мудро, что действительно умело.

Управляя своим умом, вы обнаружите, что у вас есть все виды желаний и привычек. Есть и такие, которые хочется отрицать. Например, желание отомстить. Иногда мы пытаемся это отрицать, как и нежелание медитировать. Нам не нравится думать о себе как о ленивом медитирующем. Нам не нравится думать о себе как о мстительном человеке. Когда эти конкретные желания проявляются, мы обычно отталкиваем их в сторону, отрицая их существование. Это означает, что они не будут больше обнаружены и подвергнуты тренировке.

Вам следует научиться умело справляться с ленью, научиться иметь дело с желанием отомстить, научиться умело бороться с недоброжелательностью. Это означает, что всех их нужно собрать за одним столом и научить быть более зрелыми, потому что порой встречается кое-что стоящее в этих конкретных желаниях, они могут сообщить вам, что происходит в уме. Но поскольку они обычно спутываются с другими видами неумелых вещей, требуется время, чтобы распутать это всё. В противном случае, желания отодвигаются в сторону и никогда не собираются за общим столом. Они превращаются в террористов.

Итак, нужно научиться усаживать их за стол переговоров - это один из аспектов умелой кармы.

Карма окружена множеством вопросов, но самый главный из них, который мы должны задать сами себе, - что из умелого можно сделать прямо сейчас? Учитывая настоящую ситуацию и диапазон своих возможностей, какие из желаний я хочу культивировать?

Существует ошибочное мнение, что Будда все желания относил к ведущим к страданию. Но, на самом деле, некоторые желания являются частью пути, ведущего к прекращению страдания. Многие аспекты пути работают таким образом. В конце концов, мы желаем положить конец желаниям. Это достигается путём обретения полного счастья, когда необходимость в желаниях просто отпадает.

То же самое с болью: мы пытаемся избавиться от стресса и страданий, но мы вынуждены подвергать себя некоторому стрессу во время практики. Мы должны заставлять себя делать больше, чем нам нравилось бы.

Мы хотим добраться до точки, в которой ум свободен от необходимости размышлять. Но нам приходится использовать мысли для того, чтобы добраться туда.

Но это не означает, что мы применяем абсолютно всё, что пытаемся преодолеть. Был случай. Ананда пришёл к монахине, влюблённой в него, и сказал: "Мы практикуем, чтобы преодолеть потребность в еде, но для достижения этой цели нам нужна еда. Мы практикуем, чтобы преодолеть тщеславие, но оно необходимо, чтобы этого достичь. Мы практикуем, чтобы пресечь желания, но жажда является важным мотиватором на этом пути. Мы практикуем выход за рамки секса, но его применение на пути не имеет никакого смысла вообще".

Во многих других областях мы используем то, что в конечном счёте мы собираемся преодолеть и оставить. Намерение - одно из таких вещей. Мы собираемся добраться до точки, где ум больше не нуждается в намерении, но мы намереваемся практиковать этот путь. Нам нужно это намерение, мы должны поддерживать его, стараться быть настолько

умелыми, насколько это возможно, чтобы получить правильное понимание принципа кармы, который мы могли бы использовать максимально эффективно. Умелый способ применения силы наших намерений состоит в том, чтобы заставить ум успокоиться и стать неподвижным, чтобы видеть вещи более отчётливо и уметь создавать своего рода форум в уме. Он нужен на случай, если вдруг возникнет что-либо непредвиденное. Мы уже не станем отталкивать это и не будем отрицать. Существует своего рода концентрация, основанная на отрицании, но это не тот её вид, который приводит к прозрениям.

То, что нужно нам - это более просторный вид концентрации. Вот почему Будда говорит об осознании всего тела. Когда есть чувство лёгкости и благополучия, исходящее от сосредоточения на дыхании, когда ум начинает успокаиваться, вы делаете всё возможное, чтобы поддерживать это чувство лёгкости. Затем вы распространяете его по всему телу. Это просторное чувство благополучия: думайте о нём как о большом столе, за которым собираются всевозможные голоса ума, представители различных желаний - все они могут прийти и занять своё место за столом. Все имеют право голоса и могут обмениваться мнениями, знаниями, а также обучать друг друга и информировать о том, что происходит. Таким образом, вы учитесь доверять всё больше и больше тому, что вы собираетесь сделать в любой конкретной ситуации. Это становится возможным благодаря тому, что ум намного лучше информирован. Когда ваши намерения становятся всё более и более натренированными, перед вами открываются большие перспективы.

Это одна из причин, по которой Будда применяет образ большого полотна о прошлом и будущем. Он хочет показать вам эти большие перспективы в жизни. Мы смотрим на несправедливость в мире и, с одной стороны, мы делаем всё возможное, чтобы помочь людям, которые страдают, но, с другой стороны, вы должны понимать, что может быть сделано ровно столько, сколько может быть сделано. Если бы вы проследили за тем, насколько разнообразными способами люди были несправедливы друг с другом, вы бы поняли, как всё это запутано, насколько всё сложно. Холст такой огромный, что почти бессмысленный.

В Таиланде любят рассказывать историю женщины, которая обнаружила, что у её мужа есть несовершеннолетняя жена. У неё самой

детей не было, а несовершеннолетняя жена была беременна. И если бы младшая жена родила сына, то статусу главной жены пришёл бы конец. Так оно и случилось. И главная жена убила ребёнка. После смерти эти женщины переродились как животные-враги. И несовершеннолетняя жена (я забыл, каким именно животным она стала) убила ребёнка... щенка... (не суть важно) главной жены.

Это происходило снова и снова, они менялись местами на протяжении многих жизней. И всё настолько усложнилось, что невозможно было ничего отследить. И вот, в одной из жизней, одна из женщин опять решила убить ребёнка другой. Она преследовала свою жертву, пока та не спряталась в монастыре, в котором находился Будда. Так две женщины оказались перед перед Буддой, который рассказал им обоим эту длинную историю о том, как они убивали детей друг друга на протяжении бесчисленного количества жизней - то в виде людей, то в виде собак, то в виде кошек, то в виде кур... И Будда спросил у них: "Может уже достаточно?" Так женщины прекратили свою вражду.

А вот ещё одна роль больших полотен, нарисованных Буддой: показать огромное количество времени, на протяжении которого мы создавали все виды кармы, умелой и неумелой, и все те страдания, которые возникали в результате этого.

Есть ещё одна история. Однажды Будда спросил монахов: "Чего больше - воды в океане или слёз вами пролитых?" Хорошо обученный монах ответил, что слёз было больше. И Будда сказал: "Да, ты прав".

Мне нравится размышлять об этом, когда мы проезжаем Кэмп-Пендлтон. Я вижу океан, огромное водное пространство. И я вижу всего лишь малую часть океана, а тем временем во всех мировых океанах вместе взятых содержится меньше воды, чем слёз, нами пролитых. Это ужасно.

Есть ещё одна история о монахах. Они пришли к Будде и он спросил: "Как вы думаете, чего больше - крови, вытекшей из ваших отрубленных голов или воды в океанах?" Он рассказал монахам, что те пролили больше крови, кем бы они ни были в прошлом, например, овцами,

которым отрубали головы много-много раз - этой крови больше, чем воды в мировых океанах. Когда они были королями, их головы отрубали, когда они были прелюбодеями, разбойниками или грабителями, их головы летели с плеч: в любом случае, крови было больше, чем воды в океанах.

Размышление об этом поможет вам понять, что с вас уже хватит. Оно вдохновит вас на поиск освобождения. Но где вы станете его искать? Большой холст нужен для того, чтобы вдохновить вас, но освобождение оно прямо здесь, где ум движем намерениями в настоящем моменте.

Поэтому, размышляя о большом холсте, применяйте это учение. И помните, что каждый раз, когда Будда использовал большое полотно, он сводил всё к тому, что именно вы делаете прямо здесь, прямо сейчас. Попробуйте применить эти учения для достижения цели. Они для этого и предназначены. У океана вкус соли, у слёз вкус соли, но у хорошо практикуемых учений - вкус свободы.