

# Мать о ДХАММАПАДЕ



## Содержание

I. Парные строфы .....	4
II. О бдительности .....	13
III. Об уме .....	17
IV. О цветах .....	18
V. О глупце .....	19
VI. О мудром .....	20
VII. Об архатах .....	22
VIII. О тысяче .....	23
IX. О зле .....	25
X. О наказании .....	27
XI. О старости .....	29
XII. Об эго .....	30
XIII. О мире .....	32
XIV. О Пробужденном .....	33
XV. О счастья .....	36
XVI. Об удовольствии .....	37
XVII. О гневе .....	38
XVIII. О нечистоте .....	39
XIX. О праведном .....	41
XX. О пути .....	43
XXI. О разном .....	45
XXII. Нирайя — Ад .....	47
XXIII. О слоне .....	49
XXIV. О возделении .....	51
XXV. О Бхикху .....	53
XXVI. О Брамине .....	55

## **От редактора**

В течении года, в ашраме Шри Ауробиндо, в Пондишери, на Игровой площадке Мать, для учеников, читала несколько стихов из Дхаммапады и комментировала их. Мы надеемся, что читатель узнает много интересного о буддизме и эта книга послужит ему для более полного изучения пути к радости и счастью.

*Б. Мусиенко*

# I

## Парные строфы

Каждую пятницу я буду читать вам несколько стихов из Дхаммапады, а затем мы будем медитировать над прочитанным. Цель этого — научить вас управлять своей умственной деятельностью. При необходимости я буду давать определенные разъяснения.

Дхаммапада начинается парными стихами; первый из них таков:

***Основа сущего — есть разум.  
Всем в мире разум управляет,  
из разума все происходит <sup>1</sup>.***

Естественно, речь идет о материальной жизни этого мира, а не вообще о всей Вселенной.

***Как колесо повозки стремится неизбежно за упряжкой волов,  
так неразлучен со страданием тот,  
кто злобу в помыслах таит и сеет зло повсюду.***

Иначе говоря, жизнь обычного человека в нашем мире управляется разумом, и поэтому очень важно уметь владеть своим умом; вот почему мы будем придерживаться последовательности или, как говорит Дхаммапада, “сопряжения” для того, чтобы развить умственную деятельность и уметь ее контролировать.

Существуют четыре приема, которые обычно используются в последовательном порядке, но в конечном итоге могут применяться и одновременно: первый — наблюдать за своими мыслями как бы со стороны, второй — исследовать их, третий — контролировать мысли и четвертый — управлять ими. Наблюдать, исследовать, контролировать, управлять — все это нужно, чтобы избавиться от коренящегося в мыслях зла, ибо, как мы слышали, если человек держит на уме зло, то его слова и поступки оборачиваются для него страданием с такой же неизбежностью, с какой колесо повозки катится за впряженными в нее волами.

Это тема нашей первой медитации.

30 августа 1957г.

***Всем в мире разум управляет, из разума все происходит.  
Основа сущего — есть разум.  
Кто помыслами чист и чистые вершит деянья,  
возеки с ним, как тень, пребудет счастье.***

Это стих, противоположный по содержанию тому, что мы читали в прошлый раз. Дхаммапада противопоставляет чистые помыслы — злым. Мы уже знаем, что существует четыре последовательные ступени в очищении ума. Очищенный ум — это, естественно, такой ум, который не допускает в себя никаких дурных мыслей, для этого требуется совершенное умение управлять своими мыслями, а мы видели, что это умение достигается на последнем из тех четырех этапов, о которых уже шла речь. Первый же — наблюдение за деятельностью ума.

Но не думайте, что это совсем просто, так как, чтобы наблюдать за своими мыслями, нужно прежде всего отрешиться и отстраниться от них. Обыкновенный человек в своем нормальном состоянии не отделяет себя от своих мыслей. Он даже не знает, что он думает. Он думает по привычке. И если неожиданно спросить, о чем он думает, он не будет знать, что ответить. То есть в девяносто девяти случаях из ста он ответит: “Не знаю” — вследствие полного отождествления своего сознания с движением мысли.

---

<sup>1</sup>Текст Дхаммапады в переводе А. Климова.

Таким образом, чтобы наблюдать за мыслью, первым делом надо будет отстраниться от нее и взглянуть на нее со стороны, вообще отрешиться от своей умственной деятельности, чтобы не допускать смешения между движением мысли и действием сознания. Так что, когда мы говорим о необходимости наблюдать за течением своих мыслей, не думайте, что это так уж просто, и тем не менее это всего лишь первый шаг. Я предлагаю сегодня вечером во время медитации проделать это первое упражнение, которое состоит в том, чтобы наблюдать за своими мыслями как бы со стороны.

6 сентября 1957г.

***Кто думает о том, что оскорблен, унижен и ограблен,  
тот ненависть свою не сможет усмирить.***

Дхаммапада с самого начала провозглашает, что дурные мысли приносят страдание, а хорошие — счастье. Далее приводится пример того, что именно представляют собой дурные мысли, и указывается, как избежать страдания. Итак, вот первый пример, я повторю: “Он оскорбил меня, он ударил меня, он унижил меня, он ограбил меня”. И далее Дхаммапада добавляет: “Те, в ком возникают такие мысли, никогда не усмирят свою ненависть”.

Итак, мы предприняли определенного рода воспитание ума, в основу которого положили четыре последовательных этапа ментального развития, мы видели, что эта дисциплина содержит соответственно четыре последовательных действия, которые мы определили, как вы, наверное, помните, таким образом: наблюдать, исследовать, контролировать, управлять; и на прошлом занятии мы научились, я надеюсь, достигая отстраненности от своих мыслей, с тем чтобы уметь подобно внимательному зрителю наблюдать за их течением.

Сегодня нам нужно научиться беспристрастно исследовать свои мысли. Сначала наблюдение, потом — оценка. Научиться наблюдать за ними, подобно высокоавторитетному знающему судье, чтобы разобраться, какие из них несут добро, а какие зло, какие полезны, а какие вредны, какие из них относятся к созидательным и ведут к Победе, а какие — к пораженческим и от Победы уведят. Вот этого умения беспристрастно разбираться в собственных мыслях нам теперь и предстоит добиться. Это и составит сегодня предмет нашей вечерней медитации.

Я уже говорила, что в Дхаммападе приводятся поясняющие примеры, но примеры — это всего лишь примеры, не более. Нужно самим научиться квалифицировать свои мысли, отличать дурные мысли от добрых, а для этого следует наблюдать за ними, как я сказала, подобно трезвомыслящему судье, иначе говоря, со всей доступной вам беспристрастностью; это — одно из самых необходимых условий.

13 сентября 1957г.

***В том ненависти нет, кто мыслей не лелеет о том,  
что он унижен, оскорблен, ограблен.***

Стих, противоположный по смыслу тому, что мы недавно читали, и заметьте, что здесь речь идет только о мыслях, возбуждающих чувство обиды, негодования. Ибо враждебность и вместе с ней зависть — одна из наиболее распространенных причин человеческого несчастья.

Но что поможет не питать враждебности в себе? Широкое великодушное сердце — бесспорно наилучшее средство, но не всем оно дано. Контролировать же свои мысли может каждый.

Контроль за мыслями — это третий этап тренировки и воспитания ума. Как только сознанием, как опытным судьей, отделены полезные мысли от вредных, в дело вступает внутренняя стража, которая пропускает только те мысли, которые получили одобрение, и, наоборот, отказывает в приеме любому нежелательному элементу.

Действуя властно, решительно, эта внутренняя стража закрывает доступ для всякой вредной мысли и прогоняет ее как можно дальше.

Именно такую внутреннюю работу по контролю за мыслями мы и называем умственным контролем, и этому будет посвящена наша медитация сегодня вечером.

20 сентября 1957г.

***И ненавидящего в этом мире поистине не может злоба усмирить;  
одна любовь его способна победить. Закон тот вечен.***

Это один из самых знаменитых и чаще всего повторяемых стихов Дхаммапады — хотелось бы сказать, что именно им чаще всего руководствуются в этом мире, но, к сожалению, это не так. Ибо об этой истине много говорят, но редко ей следуют.

Однако у этой проблемы есть сторона, о которой мало говорят и задумываются, но которая представляется более важной и неотложной, если речь идет об изменении существующего порядка вещей в мире; быть может, то,

что я скажу, будет для вас неожиданным. А именно: если для того, чтобы изменить мир, следует отвечать любовью на ненависть, не будет ли более естественным отвечать любовью на Любовь?

Если посмотреть на жизнь человека, на его действия и заглянуть в его сердце, то можно только подивиться, с какой ненавистью, пренебрежением и, в лучшем случае, безразличием отвечает он на безграничную Любовь, изливаемую в мир божественной Милостью и в каждое мгновение действующую в этом мире ради того, чтобы привести его к божественной радости, и находящую столь слабый отклик в человеческом сердце. Сочувствие у людей вызывают лишь те, кто порочен, обделен, неполноценен, неудачлив и никчем — так, поистине, поощряется порок и несостоятельность!

Быть может, если бы об этой стороне дела думали чуть больше, не нужно было бы настаивать на необходимости отвечать любовью на ненависть, потому что если бы человеческое сердце со всей искренностью отвечало на изливаемую на него Любовь естественной и непосредственной благодарностью, мир преобразился бы очень скоро.

27 сентября 1957г.

***И многие не понимают, что всем нам суждено однажды умереть.  
Но все, кто это знает, те спорить прекращают.***

Когда человек задумывается о том, что в следующее мгновение он может умереть, в нем тотчас же само собой возникает полное равнодушие ко всему материальному; совершенно естественно, он думает лишь о том, что уже не связано с физическим существованием, о том единственном, что остается у нас, когда мы расстаемся с телом, — о вечном бытии. Будда не употреблял слова “Божественное”, но в сущности это одно и то же.

В прежние времена размышления о том, что в любой миг человека может настичь смерть, составляли предмет особой практики, через которую в течение определенного времени проходил посвящаемый в ту или иную духовную традицию, — по причине, о которой только что шла речь, а также для того, чтобы преодолеть всякий страх смерти и привыкнуть к мысли о ней. В ту эпоху и, в частности, во время, когда Будда проповедовал свою Дхаммападу, о возможности земного бессмертия даже не упоминалось, ибо возможность эта принадлежала столь отдаленному будущему, что говорить об этом не было никакого смысла.

В наше время Шри Ауробиндо сказал, что такая возможность близка, и нам нужно всего лишь подготовить себя к ее осуществлению. Но даже чтобы себя для этого подготовить, абсолютно необходимо уничтожить в себе всякий страх смерти.

Не следует ни бояться, ни желать смерти.

Нужно быть выше смерти, пребывая в абсолютном покое — не имея ни страха, ни желания смерти.

4 октября 1957 г.

***Как ураган деревья валит молодые,  
так злой Дух Мара губит человека,  
живущего лишь удовольствий ради,  
того, кто чувствами не может управлять,  
кто не умерен в пище,  
ленив и попусту теряет жизненные силы.***

В буддийской литературе Мара — это олицетворение злого духа, всего того, что противостоит духовной жизни; в некоторых случаях он выступает как символ смерти, и не столько физической, сколько смерти по отношению к истине, к истинному бытию.

В данном случае это означает, что, пока у человека нет власти над своими чувствами и желаниями, пока он поглощен лишь удовлетворением своих внешних материальных потребностей, считая их для себя самым главным, у него нет и нужной силы воли для сопротивления враждебным силам, всему, что влечет нас вниз и уводит прочь от духовной реальности.

Дхаммапада в трактовке проблемы зла не делает акцента на морально-этической стороне вопроса; критерий зла Дхаммапады отличается от общепринятого человеческого критерия, основанного на примитивном понимании справедливости и стихийном чувстве добра и зла. Зло с точки зрения духовности — это то, что уводит нас от высшей цели, порой даже отрывает нас от главного назначения и смысла жизни, от самой истины нашего существования, препятствует нашему осуществлению этой истины.

Вот как нужно понимать зло.

11 октября 1957 г.

***Как самый сильный ураган не страшен скалам и утесам,  
так Мары не страшится тот, кто не живет для удовольствий  
и чувствами владеть умеет, в еде умерен, в вере непоколебим  
и попусту не тратит жизненные силы.***

Под верой Дхаммапада подразумевает не приверженность религиозной догме, или учению Гуру, а уверенность в своих собственных возможностях, уверенность в том, что несмотря на все трудности, препятствия, недостатки, и даже внутреннее сопротивление в самом себе, человек рожден для того, чтобы осуществить свое высшее предназначение, чего он непременно добьется.

Воля должна быть несгибаемой, усилие — настойчивым, а вера — непоколебимой. И тогда вместо того, чтобы тратить годы на реализацию стоящих перед вами задач, можно будет это сделать за несколько месяцев, порою — дней, а при достаточном усилии воли — за несколько часов. Иначе говоря, можно занять такую внутреннюю позицию, при которой агрессия со стороны любых сил, препятствующих достижению цели, будет так же бессильна перед вами, как ураган перед скалой.

И тогда ваш путь не будет казаться вам таким трудным, и вы увидите в нем много интересного.

18 октября 1957 г.

***Кто облачился в желтые одежды,  
но чистоты при этом не достиг,  
не научился управлять собою  
и верность сохранить не может,  
поистине тот недостоин одеяния монаха.***

В буквальном смысле слова желтое одеяние — это, конечно, одеяние буддийских монахов, позже ставшее одеянием всех подвигающихся аскетов; но на самом деле не о них здесь идет речь: дело не в том, что слишком много таких, кто носит желтое одеяние, не достигнув прежде очищения. Желтое одеяние выступает здесь как символ посвящения духовной жизни, внешнее выражение отречения от всего, что не дает сосредоточиться исключительно на духовной жизни.

Под “нечистым” в буддизме понимается главным образом эгоизм и неведение, ибо с буддийской точки зрения квинтэссенция нечистоты — это незнание, которое не сводится к отсутствию знания внешних проявлений окружающего мира, законов Природы и всего того, чему учат в школе, а незнание глубинной истины вещей, законов бытия, Дхармы.

Примечательно то, что два отрицательных качества, упоминаемые в стихе, — это неумение управлять собой и отсутствие верности.

Верность здесь означает искренность, честность; лицемерие порицается Дхаммападой очень строго: недопустимо делать только вид, что ведешь духовную жизнь, лицемерно заявлять о своем стремлении найти истину, выставлять напоказ внешние знаки приверженности духовной жизни — символом которой в Дхаммападе выступает желтое одеяние — и при этом внутренне быть поглощенным самим собой, отдаваться своим эгоистическим наклонностям и потребностям.

Интересно отметить, с какой настойчивостью в Дхаммападе говорится о необходимости владеть собой, о самообуздании, ибо, согласно буддийскому учению, крайность плоха во всем. Будда всегда настаивал на “Срединном Пути”. Не следует отдавать явное предпочтение одному в ущерб другому, избегая каких бы то ни было крайностей. Нужно во всем сохранять чувство меры и равновесие, равновесие, которое основывается на умеренности.

Таким образом, качества, которые делают вас достойными идти по пути духовной жизни, таковы: внутренняя уравновешенность, выдержанность в поступках, умеренность во всем, искренность, честность, верность.

Уравновешенность, умеренность, верность, честность — вот что составит предмет нашей медитации.

8 ноября 1957 г.

***Кто победил в себе нечистоту,  
кто предписания морали строгой соблюдает,  
в еде умерен и верность сохранять умеет,  
достоин тот поистине одежды желтой.***

Не хотелось бы, чтобы вы относились к этому стиху как к какому-то моральному мини-катехизису. По своей глубине и истине он, вне всякого сомнения, представляет собой нечто гораздо более значительное, ибо все истинно



духовные учения вообще исключают мораль в обычном смысле этого слова.

То же самое верно и для слова “нечистое”. “Чистое”, как оно понимается с точки зрения человеческой морали, несет в себе совсем не тот смысл, какой в него вкладывается подлинно духовными учениями; в частности, с буддийской точки зрения, чистота есть отсутствие незнания, как я уже говорила вам в прошлый раз, а незнание есть незнание внутреннего закона, истины собственного существа. Верность означает не принимать за Реальность иллюзию, текучую, изменчивую, наружность — за внутреннюю и неизменную истину нашего существа.

Таким образом, можно сказать, что самоконтроль, самообладание, умеренность во всем, отсутствие желаний, поиски внутренней истины существа и законов ее проявления — это то, что должно составлять главную заботу человека, который действительно стремится жить духовной жизнью.

Быть верным себе и своей цели, не позволять себе идти на поводу беспорядочных побуждений и не принимать за Реальность изменчивую видимость вещей — таковы высшие качества, необходимые для того, чтобы двигаться по духовному пути.

15 ноября 1957г.

***Кто принимает истину за заблуждение,  
а в заблуждении истину готов узреть,  
тот не достигнет цели высшей  
и станет жертвой призрачных желаний и взглядов ложных.***

Здесь требуется дополнительное разъяснение; если бы проблема ограничивалась тем, что человек принимает заблуждение за истину, а истину — за заблуждение, тогда, чисто логически, для него было бы очень легко в случае, когда он сам или с чьей-то помощью обнаружит, что есть действительно истина, а что — заблуждение, сделав свой выбор: принять истину и отвергнуть заблуждение. Но, к несчастью, человек любит свое заблуждение, что-то в его существе упорно отказывается признать то, что истинно.

Мой опыт показывает: тот, кто искренне хочет знать истину, знает ее. Всегда найдется нечто такое, что укажет вам на заблуждение и поможет увидеть истину.

И если внимательно понаблюдать, можно заметить: человек не находит истины, потому что предпочитает ей заблуждение.

Даже в мелочах и пустяках, не говоря уже о жизненно важных вопросах и серьезных решениях, которые необходимо принимать, в любых самых мелких делах, если стремление к истине и желание быть правдивым совершенно искренни, указание к вам приходит всегда. И если вы, пользуясь как раз методами буддийской практики, доберетесь до внутренних причин своего образа жизни, вы всегда обнаружите, что упорствовать в заблуждении вас принуждает ваше желание.

Именно из-за того, что человек предпочитает, хочет чувствовать, думать, действовать именно так, а не иначе, он впадает в заблуждение. А вовсе не из-за того, что он просто не знает, в чем заключается истина. Человек не знает истины главным образом потому, что, когда он говорит: “О, я так хочу истины” — эта фраза имеет для него очень смутный, очень общий и неопределенный смысл. Но в действительности, когда доходит до дела, — если взять в рассмотрение любой конкретный случай, вы обнаружите, что ведете себя подобно страусу, прячущему голову в песок, не желая видеть истины. Вы создаете у себя перед глазами туманную завесу, чтобы не видеть, что за нею.

Как только вы становитесь по-настоящему искренни, вы обнаруживаете, что помощь, направляющая сила, Милость всегда рядом, всегда готовы откликнуться, и вы не можете долго оставаться в заблуждении.

Именно искренность в стремлении к совершенствованию, в желании отыскать истину, в потребности быть чистым — чистым с точки зрения духовной жизни, именно такая искренность является ключом ко всякому успеху в развитии. Если вы искренни, вы знаете, а значит — можете.

Где-нибудь в вашем существе всегда найдется какая-то склонность к самообману, а между тем свет — рядом и всегда готов указать путь к истине, только вы закрываете глаза, предпочитая не видеть его.

22 ноября 1957г.

***Кто знает истину и ложь и отличить одно умеет от другого,  
тот цели высшей достигает и следует желаниям  
и взглядам верным и правдивым.***

Мы уже видели, что умения различать, что верно, а что — нет, недостаточно. На первый взгляд кажется, что самая большая трудность именно в этом. Совершенно очевидно, что если бы каждому самостоятельно пришлось разбираться, где истина, а где — ложь, вся жизнь ушла бы на бесконечные опыты, прежде чем разобраться, что — правда, а что — нет.



Вот почему проще положиться на того, кто проделал этот путь прежде вас; в этом случае достаточно спросить: “Истинно ли это? Ложно ли то?” В этом, конечно, большое преимущество, но, к сожалению, этого недостаточно, потому что если в вас есть желание, чтобы что-то было по-вашему и чтобы то, что вам больше нравится, было правильным, то тогда вы отнюдь не всегда расположены внимать добрым советам.

И эта последняя фраза: “И они следуют праведным желаниям”, которая, кажется, выражает почти избитую истину, представляет наиболее трудную часть вопроса.

В этой книге встречаются совсем короткие изречения, которые кажутся такими простыми! Если читать поверхностно, не вдумываясь, то возникает недоумение: “Но все это так очевидно — признавать в истинном истину, а в ложном — ложь, что в этом особенного?” Ну, прежде всего, не так-то просто отличить истинное от того, что таковым не является, а затем признать — иначе говоря, принять — что что-то является истинным, и, наверное, еще труднее признать, что что-то является ложным.

В сущности, умение четко различать ложное предполагает такую степень искренности в стремлении к истине, такую решимость в желании быть правдивым, что воплотить в жизнь это коротенькое изречение — “признавать в истинном истину, а в ложном — ложь” — уже будет очень значительным достижением. И в заключение звучит фраза: “Они достигнут высочайшей цели”.

Некоторые учения утверждают, что не нужно иметь вообще никаких желаний, такие учения призывают к полному устранению от жизни с целью слияния с непреходящим Духом и прекращения всякой деятельности, всякого движения, всякого проявления реальности внешнего мира. Чтобы прийти к этому, нужно избавиться от всех желаний, то есть полностью отказаться и от всякого стремления к совершенствованию; совершенствование само по себе становится чем-то нереальным, чисто внешним. Но если в своем понимании Йоги вы придерживаетесь идеи совершенствования, если вы считаете, что развивается и движется к совершенству вообще вся вселенная, тогда вам нужно переменить предмет ваших желаний: вместо того, чтобы направлять их к вещам внешним, искусственным, поверхностным, эгоистичным, нужно использовать желания как дополнительную силу, способствующую осуществлению вашего стремления к истине.

Эти несколько слов: “И они следуют праведным желаниям” — свидетельствуют о том, что по своей сути учение Будды не уводит от реализации Божественного в земном мире, оно уводит от всего ложного, что есть в представлениях о мире и в человеческой деятельности в том виде, как они приняты среди людей. Так, когда он учит, что нужно уходить от жизни, это значит, что уходить нужно не от жизни, которая являлась бы выражением истины, а от жизни иллюзорной, от такой жизни, какой обычно живут в мире люди.

Шри Ауробиндо говорит, что для того, чтобы достичь Истины и уметь воплотить Ее, необходимо объединять духовное сознание с постоянно совершенствующимся ментальным сознанием.

Вне всяких сомнений, приведенные выше слова доказывают, что подобных же представлений изначально придерживалось и буддийское учение.

6 декабря 1957г.

***Как проникает дождь через худую кровлю,  
так страстные желания и мысли проникают  
в незрелый, неокрепший ум.***

В Китае, Японии, Бирме существует огромное множество небольших буддийских сект разного толка, каждая из которых придерживается своих собственных практических методов, но наиболее распространены из них те, чья практика направлена лишь на одно — привести ум в состояние безмолвия.

Определенное количество часов в день, а то даже и ночью последователи этих сект проводят в сидячей медитации, добиваясь покоя ума. Для них именно спокойный ум, способный часами оставаться в состоянии покоя, неподвижности, есть ключ ко всякому достижению. Впрочем, не стоит думать, что это очень легко. Для концентрации они не используют какую-то идею, так как не стремятся к лучшему пониманию, большему знанию, нет, их цель — обладать спокойным умом, и порой годы и годы усилий уходят у них на то, чтобы достичь результата: добиться безмолвия ума, сделать его неподвижным, тихим и молчаливым; ибо если ум неуравновешен, как говорится в Дхаммападе, то в своем беспрестанном движении мысли, без конца сменяющие друг друга — порой никак между собой не связанные, противоречивые, отвлеченно отражающие поверхностное видение мира, — сталкиваясь в голове, порождают что-то похожее на дыры в крыше, через которые, как вода в дом с худой кровлей, в сознание просачиваются всевозможные нежелательные вибрации.

Как бы то ни было, я думаю, всем будет полезна такая практика: каждый день в течение определенного времени упражняться в успокоении ума, чтобы привести его в равновесие, неподвижность. Бесспорно, чем более развит у человека ум, тем быстрее он достигает успеха, и тем труднее ему приходится, чем примитивнее склад его ума.

Тем, кто находится на самых низких ступенях развития, кто никогда не занимался воспитанием своего ума, тем, для того чтобы думать, нужно обязательно говорить. Бывает даже, что самый звук собственного голоса помогает

им связно мыслить; если же они не имеют возможности выразиться вслух, они не могут и думать. На следующей ступени — те, кому, чтобы думать, нужно если и не произносить слова вслух, то, во всяком случае, проговаривать их про себя. По-настоящему мыслить начинают те, кто достиг такого уровня, когда человек способен думать без слов, иначе говоря, быть в непосредственном контакте с миром идей и уметь передать их — в самых различных словах и выражениях. Существуют и более высокие ступени — и их очень много, — но действительно начинают приближаться к интеллектуальному уровню те, кто мыслит без слов; им много легче привести ум в состояние покоя, то есть, остановить весь этот процесс нанизывания слов, беспрестанно снующих в голове, подобно пешеходам на людной площади, и созерцать в безмолвии саму чистую идею. Я особо останавливаюсь на этом обстоятельстве, потому что не так уж мало людей, которые, после того как им с помощью оккультных средств сообщается безмолвие ума, немедленно впадают в беспокойство и тревогу, так как боятся утратить свои умственные способности. Из-за того, что они не могут более думать, они боятся поглупеть! Но уметь не думать — достижение гораздо более высокое, чем способность бесконечно перебирать мысли, и требует значительно большего развития.

Таким образом, с любой точки зрения, не только с духовной, всегда очень полезно, по крайней мере раза два в день, уделить несколько минут практике безмолвия, но это должно быть настоящее безмолвие, а не только воздержание от разговоров.

Теперь давайте попытаемся в течение нескольких минут сохранять полное безмолвие.

*(Медитация)*

13 декабря 1957г.

***Как дождь не проникает в дом с хорошей кровлей,  
так страстные желания и мысли  
не проникают в зрелый и окрепший ум.***

*(Начинается дождь.)*

Ну вот, должно быть, у небес разум вышел из равновесия! *(Ученики смеются.)*

Идет дождь.

Ну что ж, поскольку в небесах нет равновесия, и вам лучше разойтись по домам. *(Дождь усиливается.)* Что ж, ничего не поделаешь!

Равновесие нарушено окончательно. Идите домой и посвятите свою медитацию необходимости обладать уравновешенным умом. Вот и все на сегодня.

20 декабря 1957г.

***Творящий зло терзается печалью и в этом мире, и в миру ином.  
Страданья мучают его, когда он видит зло своих деяний.***

Совершенно очевидно, что, поступая низко и скверно, вы окружаете себя атмосферой несчастья; но чувствовать себя при этом несчастным от сознания неправильности своих поступков значит уже находиться на высокой ступени развития, так как осмысление и признание факта совершенного зла — есть первый шаг к искоренению зла в своей собственной природе.

По большей части люди совершенно не желают видеть уродливую сторону своих поступков. Они творят зло от невежества, бессознательности и мелочности ума, из-за своего рода замкнутости на себе самом, которая порождается теми же несознательностью и неведением, темным инстинктом самосохранения, из-за которого человек готов принести в жертву собственному благополучию целый мир; и чем скуднее личность, тем естественней для нее любая жертва, приносимая в угоду собственной ничтожности.

Нужно быть на значительно более высокой ступени развития, чтобы видеть всю уродливость своих поступков. Нужно уже иметь в глубинах своего существа что-то вроде предчувствия того, что собой представляет прекрасное, возвышенное, благородное, чтобы быть в состоянии страдать от сознания отсутствия в себе этих качеств.

Думаю, что здесь Дхаммапада говорит о тех, кому ведомо и прекрасное, и возвышенное и кто, тем не менее, намеренно, по своей воле творит зло. Вот для них жизнь, в самом деле, обращается в ужасную пытку. Сознать, что совершаешь недопустимое, и продолжать это делать — значит лишиться того покоя, умиротворенности, благополучия, какими мог бы обладать в противном случае. Тот, кто лжет — всегда испытывает беспокойство, боясь того, что ложь может быть раскрыта; тот, кто скверно поступает — постоянно в тревоге от мысли, что будет, возможно, наказан; обманщик лишает себя мира и покоя из страха, что обман раскроется.

В сущности, даже из эгоистических соображений делать добро, быть справедливым, прямодушным, честным — наилучший способ сохранить спокойствие и душевное равновесие и свести до минимума возможные неприятности. Если, к тому же, человек способен на бескорыстие, способен жить не ради собственных интересов, не ради себя, тогда перед ним открыта возможность стать по-настоящему счастливым.

Вы несете в себе и создаете вокруг себя атмосферу, порожденную своими поступками; так что если ваши действия исполнены красоты, гармонии, добра, то и вы сами излучаете красоту, добро и гармонию; а если ваша жизнь определяется корыстным себялюбием, беззащитной выгодой, недоброжелательством, доходящим до откровенной злобы, то этим вы и дышите в каждое мгновение своего существования — жалкого, несчастного, ничтожного, полного беспоконья и тревоги, существования жалкого урода, проникнутого отчаянием от сознания собственного уродства.

Не следует думать, что, оставив тело, вы избавитесь от этой атмосферы зла, напротив, тело — это своего рода оболочка бессознательности, смягчающая остроту страдания. Покинув тело и лишившись его защиты, вы переходите к витальной жизни в ее наиболее материальной форме, ваши мучения становятся гораздо сильнее, но у вас уже нет возможности изменить то, что должно быть изменено, поправить то, что должно быть исправлено, раскрыть себя для более высокой, счастливой, сияющей жизни и божественного сознания.

Поэтому нужно сделать свою работу здесь, на земле, ибо поистине только здесь она и может быть выполнена.

Ничего не ждите от смерти. Ваше спасение — в жизни.

Именно в этой жизни нужно переделывать себя. Именно в земном мире вы продвигаетесь к совершенству, именно в земном мире достигаете его. Именно в теле должна быть одержана Победа.

27 декабря 1957г.

*Добро творящий радость пожинает и в этом мире, и в миру ином.*

*Нет радости его конца, когда своих деяний добрых видит он плоды.*

*Творящий зло страдает в этом мире и в миру ином.*

*“Я сделал зло”, — вот что его терзает.*

*И муки эти возрастают, покуда движется он к миру тьмы.*

*Добро творящий счастлив в этом мире и в миру ином.*

*“Я сотворил добро”, — вот радости его причина.*

*И счастье это возрастает, покуда движется он к миру света.*

По этим стихам может показаться, что буддизм разделяет традиционное представление об аде и рае; но это очень поверхностное понимание, ибо, если вникнуть глубже, не в этом сущность мысли Будды. Идея, которую он настойчиво проповедовал, состояла в том, что человек своим поведением и состоянием своего сознания сам творит мир, в котором живет. Таким образом, каждый носит в себе мир, в котором живет и в котором продолжает жить, даже когда расстается с телом, поскольку, согласно учению Будды, особой разницы между жизнью в теле и жизнью вне тела по сути дела не существует.

Есть люди, которые верят, и духовные традиции, которые учат, что расстаться с телом — это благословение и что тогда все трудности исчезают, правда, при условии выполнения определенных обрядов, как это принято в некоторых религиях; вот почему придает такое большое значение религиозным ритуалам, которые служат в некотором роде пропуском в счастливые заоблачные края после расставания с телом. Некоторые даже воображают, что, покинув тело, они избавятся от всех своих несчастий, но это далеко не так, на что и указывают стихи Дхаммапады: то, что называется здесь миром тьмы, это те области психики, те особые состояния сознания, в которых человек находится, когда совершает зло или, иначе говоря, когда он отдаляется от всего, что прекрасно, чисто, гармонично, и живет в злобе и безобразии. Нет ничего более безысходного, чем жить в атмосфере, пропитанной злобой.

То, о чем здесь так почти по-детски говорит Дхаммапада, по сути своей верно. Разумеется, речь здесь не о тех, кто думает: “О, как я добр, как хорош!” — и поэтому счастлив. Это ребячество. Когда человек действительно добр, великодушен, благороден, доброжелателен, он создает вокруг себя и в себе самом определенную атмосферу, и эта атмосфера несет в себе свет, умиротворение и покой. Такой человек дышит безмятежностью и счастьем, распускается, как цветок навстречу солнцу, в нем нет мучительной замкнутости на самом себе, нет печали, возмущения, горьких переживаний, ущербности; естественно и сама собой атмосфера его проясняется, и человек дышит воздухом счастья. И этим воздухом человек дышит как в теле, так и оставив его, как бодрствуя, так и во сне, как в жизни, так и после нее, все то время, пока не наступит для него следующая жизнь.

Всякий дурной поступок действует на сознание подобно иссушающему ветру, подобно ледящей стуже или опаляющему, всепожирающему пламени.

Всякий хороший, доброжелательный поступок приносит с собой свет, покой, радость — сияние солнца, под которым распускаются цветы.

3 января 1958г.

*Кто знает наизусть Писанья, но сообразно им не поступает в жизни,  
тот разума лишен и больше он похож на пастуха,  
что не своих коров в чужом считает стаде.  
Не может он учеником Благословенного считаться.  
Пусть не силен в Писаньях он,  
но если может воплотить он в жизнь свои немногие познания,  
то, всякую оставив страсть и злую волю, и искусства самообольщения,  
он мудрость подлинную обретет и с разумом освобожденным,  
отринув узы в мире этом и в миру ином,  
учеником Благословенного считаться будет.*

Об этом уже так много было сказано, что кажется излишним повторять, что малая толика практики ценнее бесконечных разговоров. Те силы, которые человек тратит на толкование учений, несомненно могли быть потрачены с гораздо большей пользой на преодоление в себе какой-то слабости или недостатка.

Теперь, чтобы привести нашу жизнь в соответствие с этим наставлением, подумаем о том, каковы лучшие средства, с помощью которых можно освободиться от всякой страсти, всякого недоброжелательства и самообольщения.

Человек заблуждается, когда принимает видимость за истину и в преходящем видит то единственное, что достойно поисков и усилий: вечную Истину.

Важно также отметить, что в Дхаммападе есть четкое и ясное указание на то, что мало быть свободным от уз только этого мира — нужно быть свободным от уз во всех мирах.

Ибо настоящие и ревностные буддисты скажут вам, что обычные религии пленяют человека, маня его радужным блеском перспектив, которые ожидают его после смерти в раю, если он будет исполнять их предписания, тогда как буддизм, не признавая ни ада, ни рая, не пугает вас вечными муками и не соблазняет небесным блаженством.

Только чистая Истина может дать вам подлинное удовлетворение, в ней вы найдете награду за все ваши усилия.

10 января 1958г.

## II О бдительности

*Бдительность — имя пути, что к бессмертию или к Нирване ведет.*

*Путь, что приводит нас к смерти, зовется беспечность.*

*Бдительный смерти не знает.*

*Тот, кто беспечен, давно уже мертв.*

В этих стихах, как можно видеть, слово Нирвана означает не уход в ничто, а вечное бытие, как противоположность жизни и смерти, какими мы их знаем по нашему земному существованию, в их противоречии друг другу: жизнь есть противоположность смерти, смерть — жизни. Но не об этой жизни здесь идет речь, а о вечном бытии, лежащем за пределами как жизни, так и смерти — об истинном бытии.

Бдительность означает пребывание в пробужденном состоянии, собранность, готовность к действию, зоркость, искренность — способность дать отпор. Если вы делаете садхану, то вы постоянно стоите перед выбором: сделать ли решительный шаг к цели или не спешить, а то и вообще пойти на попятную: “Как-нибудь попозже, не сейчас”, в общем — задержаться в пути.

Бдительность это не только противодействие всему, что влечет вниз, но и умение не пропустить ни малейшей возможности продвинуться вперед, преодолеть какую-то слабость, оказать сопротивление соблазну, научиться чему-либо, что-то в себе исправить, чем-то овладеть. Если человек — всегда собран, в несколько дней он добьется того, на что в ином случае потребовались бы годы. Если человек — внимателен, то во всяком жизненном обстоятельстве, всяком действии, движении он находит возможность приблизиться к цели.

Существует два вида бдительности: пассивная и активная. Одна помогает увидеть ошибку, предупредить о неверном выборе или о слабости, о соблазне, другая, активная, которая состоит в постоянных поисках возможностей для движения вперед, возможностей использовать всякое обстоятельство для ускорения этого движения.

Есть большая разница между тем, чтобы удержаться от падения, и быстрым продвижением вперед.

И то, и другое совершенно необходимы.

Невнимательный уже мертв. Он потерял подлинный смысл существования, жизни.

Для него время, течение событий, жизнь проходят мимо, ничего не принося с собой, и пробуждается он от своей дремы в такой яме, из которой выбраться очень трудно.

17 января 1958 г.

*Постигнув бдительности суть,  
в ней мудрые находят наслаждение  
и радуются в обществе Великих Духом.*

Все это поучение проникнуто одной замечательной мыслью, а именно: хорошо жить, хорошо мыслить дается совсем не усилиями или жертвами — такого в Дхаммападе вы нигде не найдете, — напротив, наслаждение есть единственная панацея от всякого страдания. В эпоху Будды жить духовной жизнью означало жить в радости, испытывать блаженство от жизни, пребывать в самом счастливом состоянии, то есть в таком состоянии, когда вы свободны от всяких мирских волнений, переживаний, страданий, забот и хлопот, когда вы счастливы, испытывая полное удовлетворение от жизни.

Современный материализм — вот что обратило духовное усилие в усилие мучительное и жертвенное, в тягостное отречение от всех так называемых радостей жизни.

Убежденность в исключительной реальности физического мира, физических удовольствий, физических радостей, физического обладания — результат чисто материалистической направленности человеческой цивилизации. В древние времена подобное отношение к жизни было просто немислимо. Напротив, уединение, сосредоточенность, свобода от мирской суеты, безусловная преданность лишь духовным радостям — вот что тогда почиталось за счастье.

Совершенно очевидно, что в этом отношении человечество ушло еще очень недалеко; люди, родившиеся в городах, центрах материальной цивилизации, подсознательно держатся того ужасающего представления, что реальна только материальная действительность и что если человека занимает что-либо нематериальное, то дух самопожертвования такого человека граничит с чудом, и мало что может быть возвышеннее его усилий. Не быть с утра до ночи поглощенным удовлетворением жалких материальных потребностей, материальными удовольствиями, физическими ощущениями считается доказательством замечательной силы духа. Вся современная цивилизация безотчетно держится на понятии, которое можно выразить примерно так: “Только осязаемое реально; что можно



охватить взглядом — действительно существует; что можно ощутить на вкус — то съедобно, а остальное — мираж. Мы не можем быть уверены, что все это не пустые фантазии и что мы не меняем реальный мир на призрачный, предмет — на отбрасываемую им тень. И вообще какую пользу из всего этого можно извлечь? Какие-то сны — и только! Зато если в кармане у вас позвякивают монеты, то вы твердо знаете, что они у вас есть”.

И так — везде и во всем. Вы тотчас же обнаружите это в своем сознании, стоит вам только пойти чуть дальше видимой, наружной стороны вещей; к тому же время от времени вы слышите в себе голос: “Будь осторожен, не дай себя одурачить...” В сущности, все это очень печально.

Считается, что эволюция — это развитие, спиральное развитие по восходящей; спору нет, то, что в современном городе называют удобствами, представляет собой очень высокую ступень эволюции сравнительно с удобствами пещерного человека, зато в древних преданиях всегда говорилось о даре предвидения, о пророческом духе, о предсказаниях грядущих событий, почерпнутых из видений, о близости жизни к более тонкому существованию, составляющему даже для простых людей того времени совершенно конкретную реальность.

Сегодня люди в городах, где столько комфорта, когда хотят что-то осудить, говорят: “Все это сон, мечта, игра воображения”.

И действительно, на человека, живущего внутренней жизнью, смотрят подозрительно, будто он не совсем в своем уме. Тот, кто не тратит время на то, чтобы обогатиться, устроиться поудобнее и получше, занять должность повыше, стать важной персоной, — тот вызывает недоверие и сомнения в здравости его рассудка.

Все это до такой степени стало частью окружающей вас атмосферы, содержимым самого воздуха, которым вы дышите, общим направлением в мыслях, которые передаются вам от других, что считается вполне естественным. И человек не видит всей фантастической чудовищности такого положения вещей.

Осознавать себя немного больше, войти в контакт с жизнью, скрытой за фасадом внешних явлений, — в этом вы совсем не видите для себя высшего блага. Когда же вы сидите в удобном кресле за хорошо накрытым столом, наполняете желудок деликатесами, разумеется, это кажется вам много более реальным и интересным. И когда вы, глядя на прошедший день, подводите итоги, то, если в этот день вы добились какой-то материальной выгоды, получили удовольствие, испытали физическую радость, вы относите такой день к хорошо прожитым, если же вы получили от жизни хороший урок, шелчок по носу, которым жизнь хочет указать на вашу глупость, вы выражаете свою неблагодарность высшей Милости, произнося что-то вроде: “Да, а жизнь-то — не всегда только удовольствие”.

Читая древние тексты, ясно ощущаешь, что в плане внутренней жизни, жизни истинной, человек сегодня пал ужасно низко, что ради обладания несколькими замысловатыми приспособлениями, ради поощрения своей лени, ради каких-то орудий, аппаратов, позволяющих экономить силы, человек отступился от реальности внутренней жизни. Именно это чувство внутренней жизни и было утеряно, и теперь уже требуется определенное усилие, чтобы даже подумать о том, как вновь обрести смысл жизни, цель бытия, цель, к которой мы должны двигаться — к которой движется сама жизнь, хотите вы этого или нет. Сделать хотя бы один единственный шаг к цели — о, сколько для этого нужно усилий! И обычно об этом думают лишь тогда, когда внешние обстоятельства складываются неблагоприятным образом.

Как далеки мы от того времени, когда пастух, не знавший, что такое школа, стороживший стада под звездным небом, мог читать по звездам будущее, мог слышать голоса Природы, был щедро наделен чувством прекрасного и тем душевным покоем, который приобретается в результате простой жизни на лоне природы.

Печально, что людям пришлось поступиться одним ради другого. Когда я говорю о ценностях внутренней жизни, я вовсе не имею в виду, что я против всех новейших изобретений, вовсе нет, но этот технический прогресс сделал всех нас искусственными и глупыми! До какой степени мы утратили чувство прекрасного, насколько отяготили себя излишними потребностями!

По всей вероятности, настало время продолжить восхождение по спирали, и теперь с этими полученными знаниями о материи мы сможем поставить свое духовное развитие на более прочную основу; теперь, когда нам открыты тайны материальной Природы, мы сможем объединить эти два полюса — дух и материю — и отыскать высшую Реальность в самом сердце атома.

24 января 1958г.

***Кто постигает суть вещей, кто склонен к самоуглублению, настойчив кто и неустанно борется с собой —  
Нирваны тот подвижник достигает, высшего блаженства.  
Свою тот славу преумножит, в ком рвение неугасимо и кто в своих поступках чист,  
кто страсти укротил и в действиях подобен мудрецу, и предписанья морали строгой соблюдает.***

Не думаю, что посулы доброй славы полностью соответствуют учению Будды. Скорее всего, здесь заложен другой смысл. Что касается жизни в согласии с моралью, нужно еще уточнить, о какой морали здесь идет речь, потому что если взять общепринятую социальную мораль, то тогда обещание не представляется мне очень уж

заманчивым! Те, кто решил навсегда избавиться от несовершенств этого мира, конечно же, не заботятся о том, чтобы следовать правилам общественной морали, ... или о том, чтобы снискать себе добрую славу!

Не ослаблять рвения — это превосходно, сохранять чистоту в своих действиях — также необходимо, действовать обдуманно — это прекрасно, здесь нельзя перестараться, сдерживать свои страсти — это само собой, это начальная основа ...но такое заключение!

Впрочем, я вижу, что слово dhamma передано здесь словом “Закон”, а yasa — словом “слава”, тогда как dhamma означает скорее внутреннюю истину, а yasa — славу духовную. Следовательно, мы можем перевести этот стих так: “Всякий, кто не ослабляет рвения, кто чист в своих деяниях, кто действует обдуманно, сдерживает свои страсти, живет в соответствии с внутренней истиной, тот духовную славу свою преумножит”.

Если текст понимать так, стих просто превосходен. Лучшего, чем следовать ему в жизни, и желать нечего.

31 января и 7 февраля 1958 г.

*Из бдительности и из дисциплины,  
из множества одержанных побед в себе и над самим собой  
мудрец построить остров должен, что в наводнение не может утонуть.  
По недостатку разума глупцы беспечности привыкли предаваться.  
Но мудрый бдительность хранит, как редкое сокровище души.  
Беспечности и воле чувств не предавайтесь.  
Кто бдителен и самоуглублен, великое тот счастье обретает.  
Кто разумом и бдительностью наделен, беспечность кто преодолел,  
тот мудрости высот достиг,  
откуда он взирает на людскую скорбь, как житель гор взирает на равнинных поселенцев.  
Среди беспечных — бдительный, и пробудившийся — среди спящих,  
всегда разумный впереди, как быстроногий конь, что клячу жалкую оставил позади.  
Всегда достойна восхищенья — бдительность и порицания — беспечность.  
Обязан Индра бдительности тем, что над богами он возвышен.  
Тот Бхикху<sup>1</sup>, что в бдительности наслаждение обрел и от беспечности отрекся,  
себе он путь проложит, как огонь, что малые или большие узы разрушает.  
Находит Бхикху в бдительности радость,  
он от беспечности отрекся, и не грозит ему падение теперь.  
К Нирване ближе он.*

Я прочитала всю главу целиком, потому что мне показалось, что именно как единое целое эти стихи создают определенную атмосферу и сложены с тем расчетом, что будут читаться разом. Только настоятельно вам рекомендую не принимать используемые здесь выражения в их буквальном смысле.

Так, например, я убеждена, что исходная мысль состоит не в том, что собранность и бдительность нужны для того, чтобы вызывать восхищение, а беспечности быть не должно, что она порицается. Впрочем, это доказывает приводимый здесь пример с Индрой — согласно древней индуистской традиции, главой богов в мире Сверхразума, — который упражнялся в бдительности и собранности совсем не для того, чтобы вызвать восхищение. Просто здесь обо всем говорится очень по-детски. Тем не менее, взятые как единое целое, эти стихи при настойчивом повторении вызывают в вас определенное состояние; таким путем вы достигаете нужного психологического настроения.

Особенно велика в этом отношении сила двух завершающих строф. Бхикху пролагает себе путь, подобно огненному пламени стремления, и отвергает беспечность.

На деле беспечность означает вялость воли, из-за чего человек забывает о своей цели и тратит время на такие вещи, которые никак не содействуют достижению поставленной цели, задерживают его движение вперед, а часто и вовсе увлекают его в сторону. Итак, огонь стремления бхикху заставляет его остерегаться беспечности. Он постоянно помнит, что времени у него относительно мало и не следует на пути тратить его впустую, что двигаться нужно быстро, насколько это возможно, не позволяя себе терять ни минуты. И тот, кто бдителен, видит, как падают связывавшие его узы — большие и малые, и благодаря его собранности исчезают все трудности; и если он добьется постоянства такой внутренней позиции, находя в ней удовлетворение, то со временем радостное чувство, испытываемое им оттого, что он собран и бдителен, станет так сильно в нем, что он стал бы по-настоящему несчастным, если бы лишился бдительности.

И это действительно так: когда человек прилагает старания, чтобы не терять в пути времени даром, всякая потеря времени для него болезненна и никакого удовольствия в этом для него быть не может. Как только человек

<sup>1</sup> Член Сангхи (буддийской общины), нищий монах.



достиг такого состояния, как только стремление к совершенству и преобразованию стало самым главным в его жизни, тем, о чем он постоянно думает, тогда можно сказать, что он действительно на пути к вечному бытию, к истине своего существа.

В ходе внутреннего развития есть такой этап, когда уже нет необходимости прилагать особые усилия для сосредоточения, чтобы погрузиться в созерцание в поисках истины и ее наилучшего выражения — что и называется у буддистов медитацией, — тогда человек чувствует себя вольно, легко, покойно, радостно и вынужден выходить из этого состояния ради вещей второстепенных, отнимающих у него время, для него это ужасно и тягостно. Внешняя деятельность тогда сводится к абсолютно необходимому минимуму, выполняемому в духе служения Божественному. Все это пустое, бесполезное, связанное с напрасной тратой времени и сил, не приносящее ни малейшего удовлетворения и вызывающее лишь чувство тягости и усталости; человек чувствует себя счастливым лишь тогда, когда сосредоточен на своей цели. И в этом случае он действительно на пути.

*14 февраля 1958 г.*

### III Об уме

*Все мысли мудреца, как стрелы лучника, прямы;  
мысль так же, как стрелу, непросто укротить и выпрямить, и в цель направить.  
Как рыба, из воды попавшая на сушу,  
наш разум бьется и дрожит, оставшись за пределом царства Мары.  
Неукротимый и непостоянный, наш ум все время ищет наслаждений.  
Ты должен подчинить его себе. Ум укрощенный — счастья неизменного залог.  
Да будет мудрый — господин над мыслями своими;  
их трудно удержать, они бесплотны и к наслаждению всегда стремятся.  
Ум, направляемый умело, — счастья неизменного залог.  
Блуждающий вдали один, без тела, сокрытый в глубине — таков наш ум.  
Кому удастся покорить его, тот сбросит узы Мары.  
Не укрепится разум у того, чей ум непостоянен,  
кому неведом истинный Закон и кто некрепок в вере.  
Тот, у кого смятенья в мыслях нет, чей ум желанием не отягчен,  
кого добро и зло уж больше не тревожат,  
вполне быть назван может пробужденным, не знает страха он.  
Познав, что тело хрупко, как кувшин,  
ум укрепи, как крепость в час осады,  
и Мару знания мечом рази, и пуще ока береги потом, что отвоюешь.  
И очень скоро тело это без жизни в землю ляжет, ненужное, как брошенный чурбан.  
Ни враг, ни ненавистник не причинят так много зла, как ум, что в ложное направлен русло.  
Отец и мать, и вся родня не сделают тебе того добра, как ум, что в русло верное направлен.*

Эти стихи обращены к тем, кто еще не умеет управлять своим умом. В них показана привязанность человека к своему образу жизни, мысли, действия, даже когда он пытается избавиться от них. Как только, приложив усилия, ему это удастся, он чувствует себя, как рыба, выброшенная из воды; его ум беспокоен и мечется, вырванный из привычной среды темных желаний.

Ум остается неустойчив, даже несмотря на вашу окончательную решимость добиться от него обратного. К тому же в нем все зыбко, трудноуловимо. Он постоянно ищет для себя удовольствия, хотя с виду это, возможно, и не так; глубоко в сердце скрыты его намерения, ничем не выдающие своей истинной природы.

Не позволяя себе забывать о слабости и непрочности тела и прилагая усилия по укреплению ума против его собственных слабостей, нужно, вооружившись мечом мудрости, бороться с враждебными силами, бережно охраняя достигнутые успехи от враждебных сил, которые могут обобрать вас, ибо они беззастенчивые воры.

Далее следует коротенькая строфа для тех, у кого есть страх перед смертью, чтобы помочь им от этого страха освободиться. Затем, в последней строфе, также краткое обращение к тем, кто слишком привязан к своим близким, чтобы показать им тщетность такой привязанности.

И, наконец, напоследок — предостережение: мысль, ложно направленная, неуправляемая, приносит больше зла, чем враг врагу или ненавистник, то есть даже те, кто действует с наилучшими намерениями, если у них нет мудрого умения управлять своими мыслями, приносят не только самим себе, но и тем, кого они любят, больше зла, чем враг и ненавистник.

Безмерна способность ума к самообману. Свои желания, свои склонности он облачает в наряд самых разных и самых восхитительных намерений.

Чтобы преодолеть все это, нужно обладать бесстрашием настоящего воина и честностью, прямоотой, искренностью, которые выдержат любые испытания.

28 февраля 1958 г.

## IV О цветах

*Кто победит мир Лжи и царство Ямы<sup>1</sup>, и богов обитель?  
Кто путь Закона сможет отыскать, как опытный садовник отыскать цветок умеет редкий ?  
Кто верным следует путем, тот победит мир Лжи и царство Ямы, и богов обитель.  
Он сможет отыскать Закона путь, как опытный садовник отыскать цветок умеет редкий.  
Кто понял всю недолговечность тела, что, словно пена и подобна миражу,  
тот верным следует путем, его не испугают травяные стрелы Мары,  
и он возвысится в пределы, что царству смерти неподвластны.  
Уносит смерть того, кто в жизни стремится лишь цветы и удовольствия срывать;  
его уносит смерть, как сносит наводнение спящую деревню.  
Смерть истребит того, кто ищет удовольствий как цветы,  
и истребит его быстрее, чем он успеет себя насытить наслаждением.  
Переходя от дома к дому, пусть мудрый собирает подаянье,  
как пчелы собирают мед с цветов, не причиняя им вреда, ни аромата их, ни красок не нарушив.  
Другого не суди за то, что он свершил иль сделать не сумел,  
но сделай лучше сам, что сделать подобает.  
Подобны яркому, прекрасному цветку без аромата прекрасные слова того,  
кто их исполнить не умеет.  
Подобны яркому, прекрасному цветку, что источает аромат, прекрасные слова того,  
кто их исполнить может.  
Как множество гирлянд сплести возможно из цветов,  
так смертный добрыми делами стяжает множество себе заслуг.  
Ни аромат цветов или Сандала, ни фимиам и ни жасмин не могут спорить с ветром;  
под силу спорить с ветром лишь разума благоуханью.  
Мудрец повсюду источает аромат благих поступков.  
Ничто в благоухании своем не может с разумом сравниться:  
ни Сандал, ни фимиам, ни лотос, ни жасмин.  
Слаб аромат, что источает и Сандал, и фимиам —  
не может он сравниться с благоуханьем мудреца, достигшего божественных высот.  
Не в силах Мара покорить того, чья жизнь чиста и совершенна,  
кто знаньем полным обладает и свободен кто.  
Как лотоса цветок благоуханный растет в грязи,  
так Будды Просветленного достойный ученик,  
блистая разумом, возвысился над толпами невежд.*

Здесь есть несколько очень мудрых советов, например, не оглядываться на то, что делают другие и на их ошибки, а заниматься своими собственными ошибками и оплошностями, стремясь их исправить. Другой мудрый совет — не говорить лишних и громких слов, которые не отражаются на ваших действиях — меньше говорите и больше действуйте. Как сказано, красивые слова, когда они всего лишь слова и не больше, — это как цветы без запаха.

И, наконец, чтобы вы не впадали в отчаяние из-за своих недостатков, Дхаммапада дает вам утешительный образ: наименее чистый лотос может вырасти из кучи отбросов на обочине дороги. То есть нет такой испорченности, из которой невозможно прийти к чистой божественной реализации.

Каким бы ни было прошлое, какие бы ни были допущены ошибки, в каком бы неведении человек ни жил, он несет в глубине своего существа высшую чистоту, способную воплотиться в замечательное достижение.

Что нужно, так это думать об этом, сосредоточиться на этом, а не на всевозможных препятствиях, трудностях и помехах.

Сосредоточьтесь исключительно на том, кем вы хотите стать, и полностью забудьте о том, каким вы быть не хотите.

7 марта 1958 г.

<sup>1</sup> Бог Смерти.

## V О глупце

*Длится долго бессонная ночь; для уставшего долгим покажется путь;  
цепь рождений длинна для глупца, не познавшего Истины суть.  
Если не сыщешь в попутчики равного или такого, что выше тебя,  
в путь отправляйся один-одинешенек; дружбы с глупцом не води никогда.  
Глупец лелеет мысль, что он богатством обладает, и сын его был для него рожден.  
Но может ли глупец владеть богатством и детьми, коль не владеет сам собой?  
Глупец, что признает себя глупцом, уже хотя бы этим мудр.  
Но тот воистину глупец, кто, будучи глупцом, себя разумным мнит.  
Глупец останется глупцом, прожив всю жизнь у мудреца на службе;  
об истине он будет знать не больше, чем знает ложка о похлебке вкусе.  
Разумный, прослужив у мудреца хотя бы миг один,  
постигнет быстро истину, как языком мы вкус похлебки ощущаем.  
Глупцы, в невежестве что пребывают, страшнее для самих себя, чем самый страшный враг;  
приносят горькие плоды поступки их и мысли.  
Одни лишь жалобы и слезы дурные действия способны принести,  
и сожаления не смогут участь вашу облегчить.  
Поступки добрые не вызывают сожаленья и принести способны только радость.  
Пока не принесло плодов дурное дело, глупец считает, что вкушает мед.  
Когда приходит время пожинать плоды, страдания одни он пожинает.  
Глупец, хоть и вкушает пищу день за днем со стеблем Кусы<sup>1</sup>, не стоит и мизинца того, кто истину постиг.  
Как молоко не сразу прокисает, так и дурное дело не сразу принесет свои плоды,  
оно сокрыто, как огонь под пеплом.  
Каким бы знанием не обладал глупец, оно к погибели его ведет и голову ему кружит, и лучшее все разрушает.  
Глуп тот монах, что жаждет славы и над другими Бхикху хочет вознестись,  
и полновластия в монастыре добиться, и почитания мирян снискать.  
“Пусть и миряне, и монахи мои деяния почитят; пусть все послушны будут мне!” —  
вот устремление глупца, в ком гордость каждую минуту прибывает.  
К земному благу приведет одна дорога, другая приведет к Нирване.  
Постигнув это, Бхикху, Будды ученик, не к почестям стремится,  
но в одиночестве стремится Истину найти.*

Все вышесказанное направлено против лицемеров, против тех, кто под личиной напускной мудрости лелеет в сердце желания, честолюбие, потребность быть на виду, кто живет ради удовлетворения своего честолюбия, своих желаний, вместо того чтобы посвятить жизнь одному-единственному делу, ради которого вообще стоит жить: обрести подлинное сознание, полностью отдать себя Божественному, достичь мира, света и радости, которые протекают из подлинной мудрости и забвения себя ради Божественного.

Во всей этой главе можно было бы легко заменить слово “глупец” на слово “эго”. Тот, кто живет своим эго, ради своего эго, в надежде удовлетворить свои потребности, — глупец. Пока человек не преодолеет свое эго, пока он не достигнет такого состояния сознания, в котором существование эго теряет всякий смысл, никаких надежд прийти к намеченной цели быть у него не может.

Похоже, на каком-то историческом этапе наличие эго было необходимым для формирования индивидуального сознания, с другой стороны, вместе с эго возникли все препятствия, все страдания, трудности, все, что теперь выступает для нас в качестве враждебных сил. Но для внутреннего очищения человека, освобождения от эго была необходимость и в существовании самих этих сил; эго — одновременно и следствие деятельности этих сил, и причина, благодаря которой они продолжают существовать. Исчезнет эго, исчезнут, не имея больше оснований для своего бытия, и враждебные силы.

С обретением внутренней свободы, с достижением полной искренности, совершенной чистоты всякое страдание прекратится, ибо оно уже будет ненужным для движения сознания к его конечной цели.

Мудрость, следовательно, состоит в том, чтобы усердно трудиться над своим внутренним преобразованием и с победой выйти из битвы, которая, принеся свои результаты, утратит вместе с тем и право на свое существование.

14 марта 1958 г.

<sup>1</sup> Травя Куса считается в Индии священной. Употребление пищи с кончика стебля Кусы символизирует акт аскетизма.

## VI О мудром

*Ищи же мудреца, пусть он тебе откроет, как тайное сокровище, твои пороки;  
стремись быть ближе с ним, вреда не будет — только благо.  
Кто нас ко благу призывает и удержать готов от зла,  
тот вызовет у честных уважение, у негодяев — только ненависть одну.  
Ни общества, ни дружбы у низких духом не ищи,  
ищи расположения людей достойных и дружбы лучших из людей.  
Кто прямо из источника Учения вкушает, тот счастливо живет и счастлив дух его.  
Мудрец всегда в Учении находит радость, что Будды проповедают ученики.  
По своему желанию направить воду могут те, кто строят акведуки;  
полет стрелы направить лучник может, преображает плотник дерево в своих руках,  
мудрец собою управляет.  
Как пред скалой бессилен ветер, так мудрого не могут тронуть ни порицание, ни похвала.  
Мудрец, Учение постигший, умиротворен, как озера глубокая вода покойна и прозрачна.  
Где б ни был истинный мудрец, он удовольствия везде отвергнет.  
Ни радость и ни боль его не могут тронуть.  
Ни ради блага своего и блага ближнего не пожелает мудрый ни царства, ни богатства, ни детей.  
Не ищет он удачи на несправедных путях — он мудр и добродетелен, и честен.  
Немногие достичь способны берега другого.  
На этом берегу ютится большинство, лишь взад-вперед снуют, не более того.  
Кто в жизни следует Учению, тот смерти узлы может разорвать,  
каким бы тяжким ни был путь борьбы со смертью.  
Мудрец дорогу света изберет и позади себя оставит темные пучины бытия.  
Он свой покинет дом скитаний ради одиноких,  
и радость станет он искать, что в мире трудно обрести.  
Отринув все желания и узлы чувств, мудрец очистится от всякой скверны,  
что ум способна запятнать.  
Кто разум укрепил на всех ступенях знания,  
кто всякую привязанность оставил и радость черпает он в самоотречении, и обуздал свои порывы,  
тот полон света и в мире этом достигает он Нирваны.*

Здесь есть особо замечательный по выразительности стих, это первый из прочитанных: “Ищи же мудреца, пусть он тебе откроет, как тайное сокровище, твои пороки”.

Во всех Писаниях, призванных помогать совершенствованию человека, говорится, что нужно всегда быть особенно благодарным тем, кто указывает вам на ваши недостатки, что следует искать общества таких людей; но здесь эта мысль выражена особенно удачно: указать человеку на его недостаток — это все равно что открыть перед ним сокровище, иначе говоря: обнаруживать в себе какой-то недостаток, неспособность к чему-либо, непонимание, слабость, неискренность, словом, все, что мешает совершенствованию, — все равно что всякий раз находить для себя чудесное сокровище.

И вместо того, чтобы впасть в уныние — “Ну, вот! еще один недостаток”, нужно, напротив, радоваться, как будто приобрел нечто замечательное, поскольку обнаружено еще одно из препятствий, затрудняющих движение вперед; но как только вы нашли недостаток — вырывайте его с корнем! Те, кто практикует какую-либо йогическую дисциплину, признают, что с той минуты, как вы узнали, что в вас есть что-то, чего быть не должно, у вас есть и сила устранить это, удалить, разрушить.

Открыть в себе недостаток — действительно, приобретение: при этом словно целый поток света изливается на место маленькой частицы мрака, едва только она была изгнана.

В йогической практике нельзя позволять себе той слабости, той нерешительности, безволия, которые не дают силе вступить в действие немедленно вслед за обретением знания. Знать, что чего-то быть не должно, и мириться с этим есть признак такой слабости, которая недопустима в практике любой серьезной дисциплины; это безволие, граничащее с неискренностью. Вы знаете, что чего-то не должно быть, и с того самого момента, как вы это узнали, в ваших силах сделать так, чтобы этого не было, ибо знание и сила — это по существу одно и то же, иначе говоря, нельзя допустить — где бы то ни было в вашем существе — и тени той злой воли, что противится главному устрем-

лению вашей воли — устремлению к совершенствованию, что делает вас немощными, лишает смелости и сил перед лицом зла, которое вы должны уничтожить.

Грех по незнанию — не грех, это часть общего мирового зла — при нынешнем состоянии мира, но если знаешь и грешишь, то это уже плохо. Это означает, что где-то в человеке, как червь в яблоке, затаилась частица злой воли, которую нужно отыскать и уничтожить любой ценой, ибо всякая слабость подобного рода — источник трудностей, уже непоправимых, порою, впоследствии.

Итак, первым делом вам следует от всей души порадоваться, когда кто-то или что-то позволяет вам отчетливо осознать в себе какой-то недостаток, о котором прежде вы не знали. Нужно не сетовать, а радоваться и в этой радости черпать силу, которая поможет вам избавиться от того, чего быть не должно.

*21 марта 1958 г.*



## VII Об архатах

*Кто путь свой завершил — не ведает печали, заботы кто оставил — обрел свободу, узы разорвал.  
Кто бдителен и к цели устремлен, тот не привязан к дому,  
подобно лебедю, что озеро меняет для ночлега.  
Как трудно птицу уследить в полете, так тяжело уразуметь того, кто чужд стяжательству,  
в еде умерен, кто вещи всякой пустоту постиг и безусловную обрел свободу.  
Как трудно птицу уследить в полете, так тяжело уразуметь того,  
кто умертвил в себе желанье, кто вещи всякой пустоту постиг,  
кто не тревожится заботами о пропитаньи и безусловную обрел свободу.  
Почтен богами тот, кто чувствами своими управляет, как может справиться с конем возница,  
кто гордость из себя изгнал и от порока всякого свободен.  
Кто долг свой исполнять привык, того ничто не поколеблет.  
Он в твердости своей земле подобен будет, столпу вселенной, чистым и незамутненным водам,  
и для него закончена чреда рождений.  
Спокойны помыслы, слова и действия того, кто смог себя освободить и полного достичь покоя через знание.  
Тот величайший из людей, кто легковерия лишен, Несозданное смог постичь,  
кто цепи разорвал и всякую возможность рожденья нового разрушил.  
И где бы ни жили архаты — в деревне, в лесу ли, в долине, в горах — тот край прекрасен и счастлив.  
Прекрасны леса, что толпа избегает.  
Там счастье найдет беспристрастный архат, поскольку не ищет он там наслаждений.*

Здесь очень интересно вот это изречение: "...кто легковерия лишен, Несозданное смог постичь..."

Тот, кто лишен легковерия — это можно понимать очень по-разному. Первое впечатление такое, что речь идет о тех, кто не верит в существование невидимого мира, пока не соприкоснется с ним на опыте, в отличие, например, от таких, кто, исповедуя какую-либо религию, верит догматам лишь потому, что их так учили. "...Несозданное смог постичь..." — другими словами, человек находится в связи с невидимым миром, знает, что это такое, знает, потому что лично причастен ему. И Дхаммапада говорит, что величайший среди людей — это прежде всего тот, кто, не веря на слово учениям, располагает личным опытом в отношении невидимого, кто, отказавшись от любой голой веры, сам прошел через опыт невидимого.

Можно дать и другое объяснение: лишенный легковерия — это тот, кто не верит в реальность только внешнего, в реальность чувственно воспринимаемого, не признавая его за истинное, кто знает, что все это лишь обманчивая видимость, что за всем этим есть истина, которую предстоит отыскать и познать на личном опыте через единение с нею.

Все это наводит на размышление о том множестве — бесчисленном множестве — вещей, которым мы верим, сами об этом не подозревая, просто потому, что нас так учили, или потому, что мы привыкли так считать, потому, что все вокруг так думают. Принимая во внимание то множество вещей, которым мы верим и не только верим, но и беремся утверждать с непререкаемой авторитетностью: "Это так", "А это вот как", "Это значит вот что...", — то станет ясно, что в сущности мы не знаем о предмете ничего; что нашими убеждениями мы обязаны просто привычке думать именно так, а не иначе. Что, собственно, вы знаете из своего личного опыта, с чем вы соприкоснулись непосредственно, о чем можете честно сказать: "Я уверен, что это так, потому что испытал это на опыте"? Выйдет немного.

По существу, если человек действительно стремится к знанию, ему для начала нужно провести достаточно серьезное исследование всего того, чему его учили, всего, даже самого обычного, самого незначительного. Не думаю, что найдется много людей, имеющих подобный опыт, и поэтому становится понятным, отчего в этих строфах говорится о "величайшем из людей".

Даже если просто подсчитать число тех вещей, в которые мы верим и которые утверждаем в силу одной только привычки в это верить и утверждать, — можно сделать уже весьма интересное открытие.

Теперь посмотрите, сколько вещей вы принимаете просто на слово. Увидите, что получится!

28 марта 1958 г.



## VIII О ТЫСЯЧЕ

*Дороже тысячи лишенных смысла слов — одно, исполненное смысла,  
что может принести покой тому, кто слову этому внимает.*

*Дороже тысячи лишенных смысла строф — одна, исполненная смысла,  
что может принести покой тому, кто ей внимает.*

*Чем тысячи стихов твердить, лишенных смысла, уж лучше повторять один Ученья стих,  
что может принести покой тому, кто этому стиху внимает.*

*Не тот великий победитель, что сотни тысяч одолел в сраженьи,  
а тот, кто одержал победу над самим собою.*

*Победа над собой важней победы над народами вселенной.*

*Ни бог, ни Гандхарва<sup>1</sup>, ни Мара, ни Брама<sup>2</sup> не в силах победу такую в позор обратить.*

*И если день за днем в течение ста лет богам бесчисленные жертвы ты приносишь,  
то знай, что все они того почтения не стоят, что мимолетно оказал ты мудрецу.*

*И если целый век ты был хранителем огня пред жертвенником Агни,  
то это все ничто перед почтением, что оказал ты мимолетом тому,  
кто смог свою природу усмирить.*

*И если целый год ты совершаешь жертвоприношенья, чтоб уваженье этим заслужить,  
то жертвы все твои и подношенья не стоят малой доли почитанья,  
что ты воздал живущему по правде.*

*Кто к старцам преисполнен уваженья,  
четыре дхаммы возрастают у того: жизнь, красота и счастье, и сила.*

*Тот день, что прожит праведно и самоуглубленно, стоит больше,  
чем сотни лет порока и распутства.*

*Тот день, что прожит в мудрости и самоуглубленьи, стоит больше,  
чем сотни лет невежества и заблужденья.*

*Тот день, что прожит в полной силе, стоит больше, чем сотни лет безделья и лени.*

*Тот день, что прожит с пониманьем, что в мире есть всему начало и конец, гораздо больше стоит,  
чем сотни лет неведенья о бренности всего на свете.*

*Тот день, что прожит в созерцании бессмертия пути, гораздо больше стоит,  
чем сотни лет неведенья о том пути, что нам бессмертье принести способен.*

*Тот день, что прожит в созерцаньи Истины высокой, гораздо больше стоит,  
чем сотни лет неведенья той Истины, что высшей мы зовем.*

Высказывания, объединенные здесь под одним заглавием, крайне разнообразны. И между собой они связаны скорее на уровне слова, чем по содержанию. Но все же основной мотив таков: лучше один миг искренности, чем долгая жизнь показного благочестия; и еще: победа, одержанная над собой в психологическом и духовном отношении, важнее всех внешних побед. Интересна мысль о том, что победа над собой — это единственная в своем роде победа, завоевания которой недоступны никаким богам, никаким силам Природы, никаким носителям зла. Если вы в чем-то достигли полной власти над собой, то в этом отношении вы неприступны для любых влияний, даже для самых высоких сил, будь то боги из мира Сверхума или любые враждебные силы.

В начале главы говорится, что одно слово, которое приносит покой, стоит больше тысячи слов, лишенных смысла — это понятно всем, но здесь сказано больше, что одно слово, дающее покой, дороже тысяч слов, которые могут дать пищу уму, но никакого психологического воздействия на ваше существо не оказывают.

На самом деле, если вы узнали нечто такое, что может помочь вам в победе над собственной несознательностью и косностью, то вам следовало бы исчерпать до конца то действие, которое оказали на вас слово или фраза, прежде чем двигаться дальше.

Более важно на практике довести до конечного результата ту идею, с которой вы столкнулись и которая произвела на вас особое впечатление, чем стараться собирать в своей голове как можно больше самых разных идей. Идеи все могут быть полезны, каждая в свое время — если вы используете их в надлежащий момент и особенно, если вы идете до конца в осуществлении на деле какой-либо из тех великих идей, которые обладают силой помочь

<sup>1</sup> Небесный музыкант.

<sup>2</sup> Творец вселенной.

вам во внутренней победе над собой. Иначе говоря, нужно главной — если не единственной — целью ставить практическое воплощение всего, что знаешь, а не накапливать знания, остающиеся чисто теоретическими.

Можно сделать такой вывод: до конца осуществляйте на практике то, что вы уже знаете, только в этом случае знание пойдет вам на пользу.

*11 апреля 1958 г.*

## IX О зле

*Спеши благое дело совершать с усердьем, оставь все помыслы о злом;  
кто добрые дела без рвения творит, умом во зле тот пребывает.  
Кто злодеяние успел свершить, пусть впредь поступков злых не повторяет и удовольствия не ищет в них.  
Чем больше зла творишь, тем больше и страданье.  
Кто благо совершил, пусть поступает так и впредь и ищет радость в благе.  
От дел благих и счастье возрастает.  
Пока плоды дурного дела не созрели, злодей доволен тем, что совершил.  
Но как настанет жатвы срок, злодей несчастье познает.  
Пока плоды благого дела не созрели, творивший благо может быть несчастлив.  
Но как настанет жатвы срок, творивший благо счастье познает.  
Не говори ты с легкостью беспечной, что не коснется зло тебя.  
Как наполняется кувшин за каплей капля — так злобы исполняется глупец.  
Не говори ты с легкостью беспечной, что добродетели ты чужд.  
Как наполняется кувшин за каплей капля — так благости исполнится мудрец.  
Купец с богатым караваном, но не богатый на друзей, дорог опасных избегает;  
кто любит жизнь, остерегайся яда; и точно так же поступай по отношению к злу.  
Рука неповрежденная, без ран, спокойно может яд держать, он ей не причинит вреда;  
усвоив это, сообразно поступай: зло праведных не задевает.  
Обиду нанеся тому, кто чист, невинен, беззащитен, на голову свою беду ты навлечешь,  
как если бы бросал ты против ветра пыль.  
Одним судьба — родиться снова на земле; злодеям — опуститься в мир Нирайи<sup>1</sup>;  
ждут праведных небесные края; свободных от желаний ждет Нирвана.  
Ни в пучине морской, ни на небе, ни в скалистых пещерах —  
нигде на земле не укрыться злодею от плодов злых деяний своих.  
Ни в пучине морской, ни на небе, ни в скалистых пещерах —  
нигде на земле не сыскать того места, где спрятаться можно от смерти своей.*

Людям свойственно крайне небрежно обращаться с приходящими к ним мыслями. Поэтому в воздухе витает множество самых разнообразных мыслей, которые в действительности никому не принадлежат; они находятся в непрерывном движении и беспрепятственно, даже слишком беспрепятственно, переходят от одного человека к другому, ибо крайне редки те люди, которые могут держать свои мысли под строгим контролем.

Прибегая к буддийской практике, чтобы обучиться контролю над своими мыслями, вы открываете для себя много интересного. Так, проводя наблюдение за своими мыслями, вы не позволяете им свободно проникать в вас и порою прочно занимать ваш ум в самое неподходящее время, вместо этого вы следите, вы наблюдаете за ними со стороны, и здесь вы с изумлением замечаете, что за какие-то мгновения в мозгу у вас проносится совершенно невероятное количество самых зловредных мыслей.

Вы считаете себя хорошим, милым и доброжелательным, вы всегда исполнены самых добрых чувств. Вы не желаете никому зла, всем желаете только блага — так говорите вы себе и очень собою довольны; но если вы, когда думаете, проследите за собой — только честно — вы обнаружите, что голова ваша набита порой просто ужасающими мыслями, которых вы прежде даже не замечали.

Чем, например, отвечаете вы своим друзьям, родственникам, знакомым, когда что-то вышло йе по-вашему: вы без промедления посылаете их всех к черту! Вы тут же желаете им каких только возможно неприятностей, даже не замечая этого! С каким чувством вы говорите: “Так и надо! Это научит его уму-разуму!” Или когда осуждаете: “Нужно было смотреть, что делаешь!” Или, если кто-либо поступает не по вашему: “Он за это еще заплатится!”, и так далее.

Вы не осознаете всего этого, потому что не обращаете внимания на свои мысли. Вы осознаете это, когда это уж слишком явно; когда же мысли ваши только приходят и уходят — вы этого почти не замечаете. Таким образом, вы обнаруживаете, что если вы действительно хотите быть чистыми и целиком быть на стороне Истины, то от вас потребуются постоянное внимание, собранность, искренность, способность вести самонаблюдение, осуществлять самоконтроль, то есть качества, свойственные не каждому. И вы начинаете понимать, как это трудно — быть по-настоящему искренним.

<sup>1</sup>Пренсподняя.

Человек льстит себе, когда думает, что у него только добрые чувства и благие намерения, что действует только во имя блага — да, это так! но только до тех пор, пока он сознателен и владеет собой, но стоит его вниманию несколько ослабиться, как в нем помимо его сознания начинает твориться все, что угодно, и все это не очень-то красиво.

Если вы хотите добиться полной чистоты в доме, то поддерживать чистоту и следить за ним нужно долго, очень долго; и особенно не поддаваться мысли, что вы уже достигли цели, вот так, одним махом, потому что в один прекрасный день вы решили быть на стороне истины — слов нет, само по себе это намерение существенное и важное, но за ним последует еще много других дней, которые вы должны провести в строжайшем надзоре за собой, чтобы оставаться верным своему решению.

*4 апреля 1958 г.*

## Х О наказании

*Страх наказания любого повергает в дрожь, боятся смерти все.  
К другим ты относишься как к самому себе, ни сам не убивай, ни понуждай к убийству.  
Страх наказания любого повергает в дрожь, жизнь дорога для всех.  
К другим ты относишься как к самому себе, ни сам не убивай, ни понуждай других к убийству.  
Кто ради счастья своего других существ готов подвергнуть муке,  
тот не достигнет счастья после смерти.  
Кто ради счастья своего других существ не подвергает муке,  
тот достигает счастья после смерти.  
Ты людям грубых слов не говори, твои слова к тебе же возвратятся.  
Гневные слова страдания приносят, и произнесший их получит их же и в ответ.  
И если ты, как гонг разбитый, и тих и молчалив,  
то ты уже достиг Нирваны и корни зла в себе перерубил.  
И как пастух на пастбище сгоняет палкой стадо,  
так смерть и старость жизнь выгоняют из всего живого.  
Глупец не знает, что творит, свершая дело злое;  
содеянное зло его поглотит и сожжет, как пламя жаркое огня.  
Кто зло беззлобному способен причинить и безобидного обидеть,  
тот будет обречен одно из десяти страданий испытать:  
Жестокую он испытает боль, невозполнимые утраты понесет,  
изведает тяжелые страдания, неизлечимую болезнь и, наконец, рассудок потеряет.  
Гоним властями будет и жертвой станет клеветы, утрату близких и богатства он познает.  
Огонь сожжет его жилище; а после смерти, утратив тело, он вновь родится, но в аду.  
Ничто не может смертного очистить, коль он сомнение в себе не победил:  
ходи он хоть нагим, хоть волосы свяжи узлом, хоть пребывай в грязи,  
постись, спи на сырой земле и пеплом натирайся, и позы принимай аскетов.  
Пусть будет он одет богато, но если безмятежен ум его, сам он спокоен, сдержан, собой владеет,  
чист, не причиняет зла другому существу, то он — Брамин и Бхикху, и аскет.  
Найдется ль в этом мире человек, что вовсе бы не заслужил упрека,  
как скакун, хотя и чистокровный, — удара бы не заслужил хлыстом.  
Будь, как скакун горячий, нетерпелив и скор в своем стремлении к цели.  
Пусть добродетель, вера, самоуглубленность и жажда Истины, энергия и праведность,  
и совершенство знания, и преданность ученью в тебе разрушит всякое страдание.  
По своему желанию направить воду могут те, кто строят акведуки,  
полет стрелы направить лучник может; преображает плотник дерево в своих руках;  
мудрец собою управляет.*

Создается впечатление, что все это было написано для людей, достаточно наивных. Довольно забавно выглядит весь этот список несчастий, которые обрушатся на вашу голову за совершенное зло.

Будде, по всей видимости, приходилось подбирать выражения для своих проповедей — разумеется, если мы имеем дело с точным воспроизведением его слов — сообразуясь с аудиторией, так что, обращаясь к людям, простым и необразованным, он, чтобы им было понятнее, в своей речи опирался на явления чисто материального мира, используя сравнения из повседневной жизни, из непосредственной окружающей действительности. Стихи эти существенно различаются по своему значению. Некоторые из них стали очень известными, как, например, последний, где сначала говорится о том, как ремесленник работает каждый над своим материалом, чтобы воплотить то, что он задумал, а затем следует это неожиданное заключение: мудрый управляет собою.

Впечатление и в самом деле такое, что с того времени человек ушел далеко вперед в своем умственном развитии. Мысль усложнилась, психическая жизнь людей стала глубже, так что почти детскими кажутся эти рассуждения и доводы, приводимые в этих строфах. Но стоит перейти к практике, как становится ясно, что человек остался примерно на том же уровне, что если в умственном отношении и был достигнут какой-то прогресс, то со стороны духовной практики положение дел, и без того бывшее отнюдь не блестящим, кажется, стало еще хуже; а в этих стихах еще ощущается детская простота, что-то чистое, неиспорченное и, к сожалению, человечеством уже утраченное.

В ту эпоху существовало нравственное здоровье, ныне совершенно утраченное. Все эти наставления вызывают у вас улыбку, однако довести до дела то, чему они учат, теперь значительно труднее, нежели в те времена. Кажется, какой-то дух лицемерия, безосновательных притязаний, скрытого внутреннего раздвоения овладел умом и всем образом жизни человека, и люди самым губительным образом научились обманывать сами себя.

В то время достаточно было сказать: “Не делай зла, ты будешь наказан за это” — и в простоте своего ума и сердца человек думал: “Правда! Лучше не делать зла, а то будешь наказан”, зато теперь вы скажете с иронической улыбкой: “Я наверняка сумею избежать наказания”.

Человек, похоже, вырос в умственном отношении, он стал будто лучше жонглировать идеями и с точки зрения разума подходить к моральным принципам, но в то же время утратил здоровое простодушие живших ближе к Природе и не столь искушенных в играх с идеями. Таким образом, человечество, кажется, приблизилось к чрезвычайно опасной поворотной точке; те, кто пытается найти выход из состояния общего упадка, проповедуют возврат к простоте былых времен, но это, естественно, невозможно, ибо пути назад нет.

Нужно идти дальше, нужно двигаться вперед, подняться к большим высотам, оставить жажду удовольствий и личного благополучия, но уже не из страха перед наказанием, пусть даже и не в здешнем мире, а в результате нового понимания прекрасного, жажды истины и света, осознания, что только расширяя свое сознание, наполняясь все большим светом, постоянно горя стремлением к дальнейшему самосовершенствованию, можно обрести нерушимый и всеобъемлющий покой и непреходящее счастье.

Нужно подниматься ввысь и расширять сознание — подниматься ввысь ... и расширять сознание.

*18 апреля 1958 г.*

## XI О старости

*Мир охвачен огнем, так откуда веселье и радость?  
Отчего же, окутанный мраком, не стремишься ты к свету?  
Взгляни на убогое тело, на бранные члены его, на всю суету и пустые желанья;  
здесь тленно все и все непостоянно.  
Это хрупкое тело — страданий оплот, его участь — и дряхлость, и тлен.  
Смертью всякая кончится жизнь.  
И что за радость созерцать белеющие кости, разбросанные, словно кабачки осеннюю порой?  
В этой крепости, что из костей твоих, плоти и крови,  
утвердились лишь гордость и зависть твои, разложение и смерть.  
Когда-нибудь ветшают даже царские расписанные ярко колесницы.  
Ветшает и с годами наше тело; но истинный Закон не знает тленья,  
и мудрый может передать его другому.  
Невежа старится, как вол; он вес приумножает своей плоти, но не зная.  
Много раз проходя через циклы рождений, я строителя дома искал своего.  
Как мучительны циклы рождений!  
Я нашел тебя, строитель, наконец! Не построить больше тебе тела — моего жилища.  
Сломаны балки на крыше, рухнул на землю конек.  
И разумом своим освобожденным убил я все в себе.  
Кто не умел смирять себя, кто в молодые годы богатства истинного не скопил,  
тот гибнет, словно цапля старая у озера, в котором рыбы нет.  
Кто не умел смирять себя, кто в молодые годы богатства истинного не скопил,  
тот луку ветхому подобен, он плачет по утраченной им силе.*

Есть одна вещь, о которой здесь явно не говорится, но которая никак не менее важна, чем все остальное, а именно: есть старость гораздо более опасная и более реальная, чем просто преклонные годы — это неспособность к внутреннему росту и развитию.

Как только человек прекращает двигаться вперед, развиваться, самосовершенствоваться, внутренне обогащаться, изменяться, он действительно стареет, иначе говоря, начинается движение вспять, к саморазрушению.

Встречаются старики среди молодых, бывают и старики юными. Пока в человеке жив огонь стремления к самосовершенствованию, к внутреннему изменению, пока он способен оставить все, что у него есть, чтобы быстро двигаться вперед, пока он всегда готов сделать новый шаг в своем развитии, в самосовершенствовании, в самопреобразовании — он вечно молод. Если же человек, довольствуясь достигнутым, перестает двигаться вперед, если живет с ощущением, что достиг цели и теперь осталось только наслаждаться плодами своих усилий, тогда он одной ногой стоит уже в могиле, это уже разложение и настоящая смерть.

Все достигнутое — всегда ничто по сравнению с тем, что предстоит достигнуть.

Не нужно оглядываться назад. Нужно смотреть вперед, всегда только вперед и двигаться всегда только вперед.

25 апреля 1958 г.



## ХII Об эго

*Если ты сам себе дорог, строго следи за собой.*

*И юным, и зрелым, и старым мудрец должен бдительным быть.*

*Сначала на правом пути утвердись, а после других наставляй. Так поступает мудрец безупречный.*

*Умея управлять собой, учи других тому, что сам умеешь делать, наставником их будь;  
поистине, трудней всего добиться власти над собою.*

*Поистине, ты сам себе хозяин, захочешь ли признать хозяином другого?*

*Добившись власти над собой, ты обретишь большую силу.*

*Как сокрушает камни драгоценные алмаз, так сокрушает сам себя глупец,  
творящий зло и зло в себе несущий.*

*Как гибнет дерево, обвитое плющом, так губят человека злодеянья им сотворенные.*

*Такое пожелать лишь враг способен.*

*Как просто навредить себе, попасть в беду, но как же трудно добиться блага для себя и пользы.*

*Глупец, в невежестве своем учение отвергнув Благородных Духом,  
себя тем самым губит, подобно дереву бамбука, что гибнет от своих плодов.*

*Зло совершая, вред себе приносишь. Избегнув зла, приносишь очищенье;  
порочным или чистым быть — лишь от тебя зависит; нам не дано другого сделать чистым.*

*Что суждено тебе как Благо, не предавай в погоне за чужой судьбой.*

*Что предначертано тебе, то не дано другому. Поняв, что Благо для тебя, ты от него не уклоняйся.*

Здесь больше речь идет об эгоизме, чем собственно об эго.

Избавиться от эгоизма относительно легко, потому что всем известно, что это такое. Эго проявления легко обнаружить и легко с ними справиться, если человек действительно этого хочет.

А вот эго выявить значительно труднее, потому что, по сути дела, обнаружить его можно только выйдя за его пределы, иначе оно никак не уловимо. В человеке все с головы до пят, начиная внешним и кончая внутренним, начиная физическим и кончая духовным — все пронизано его эго. Эго участвует во всем и потому не осознается вами. Нужно преодолеть его, оставить его, освободиться от него, по крайней мере, частично, пусть даже в какой-то самой небольшой части существа, чтобы составить себе представление о том, что есть эго.

Эго с одной стороны способствует развитию индивидуальности в человеке, а с другой — препятствует становлению в нас божественного. Так вот. Теперь соедините одно с другим, и вы получите эго. Не будь эго, при нынешнем устройстве мира не было бы и индивида, но пока оно есть, мир не может быть проявлением Божественного в полной мере.

Было бы логично заключить: “Очень хорошо, станем сначала сознательными личностями, а затем отбросим эго и достигнем божественного сознания”. Однако к тому времени, когда мы становимся сознательными личностями, мы настолько привыкаем жить с эго, что перестаем уже даже различать его, и нужно много потрудиться, чтобы увидеть его присутствие.

В то же время всем известно, что такое эгоизм: если вы стараетесь из всего извлечь выгоду для себя, а до остальных вам нет дела, то это называется эгоизмом, если вы считаете, что вы — пуп земли и все прочее существует только постольку, поскольку существуете вы, это эгоизм. Но все это очевидно и нужно быть слепым, чтобы не видеть в себе эгоиста. В большей или меньшей степени все люди — немного эгоисты, в конце концов, существуют нормы, в пределах которых эгоизм людей приемлем, но даже в обычной жизни, если кто-то не в меру эгоистичен, то он получает щелчок по носу, потому что из-за своей эгоистичности человеку не очень-то нравится эгоизм другого.

Все это само собой разумеется и признается моральной нормой: нужно быть немного эгоистом, но не слишком, а так, чтобы было не очень заметно! А вот об эго даже и речи нет, потому что оно никем не осознается. Это спутник настолько близкий, что о его существовании даже и не подозревают; тем не менее до тех пор, пока оно присутствует в человеке, божественного сознания ему не достичь.

Эго — это то, что позволяет нам осознавать себя отдельным, обособленным от всех остальных, существом. Не будь эго, человек не смог бы воспринимать себя отдельной личностью. Он ощущал бы себя малой частицей некоего целого, крохотной частицей огромнейшего целого. В то время как каждый из вас, без сомнения, осознает себя совершенно обособленной личностью. Это ощущение существует у вас благодаря вашему эго. И до тех пор, пока у вас сохраняется подобного рода ощущение, оно будет говорить о том, что у вас есть эго.

Когда вы начинаете осознавать, что вы — это все и в то же время — всего только точка среди бесчисленного множества других точек, принадлежащих одной и той же личности, осознавать, что вы — повсюду, когда чувствуете, что вы — во всем, что обособленности, разъединенности не существует, тогда вам становится ясно, что вы на пути к избавлению от своего эго.

Наступает даже такое время, когда уже невозможно подумать или сказать: “Это не я”, так как сам способ выражения, ваши слова о том, что Все — это вы, или вы — это Все, что вы есть Божественное, или Божественное есть вы, говорят о том, что в вас все еще остается эго.

Бывают мгновения — они приходят как вспышки молнии и так же мимолетны — когда нет уже того, кто думает, знает, чувствует, живет, есть только то самое “Все”. При этом... у вас нет ни малейшего ощущения, что... это вы достигли такого состояния.

Если это так, то все прекрасно. Но пока вы не достигли такого состояния, это значит, что где-то в вас еще остается уголок для эго: обычно эго сохраняется в нас в постороннем наблюдателе, который все время присутствует в нас и наблюдает за окружающим миром.

Так что вам не следует утверждать, будто вы полностью избавились от своего эго. Это неверно. Вы можете сколько угодно говорить, что вы на пути к избавлению от него, только это будет неправильно.

У вас, думаю, этого еще не произошло, пока еще нет, не так ли! Это, однако, необходимо, если вы, действительно, хотите знать, что такое Супраментальное. Если вы стремитесь стать представителем нового человечества, вам нужно принять твердое решение оставить свое эго, превзойти его, ибо до тех пор, пока оно сохраняется в вас, Супраментальное будет вам неведомо и недоступно.

Но если, прилагая усилия, подчиняя себя определенной дисциплине, достигая все большего умения управлять собою, вы превзойдете свое эго, преодолеете его — пусть даже в самой малой части своего существа, — где-то в вашем сознании откроется как бы маленькое окно, через которое внимательным взглядом вы можете уловить Супраментальное. Ведь даже при самом мимолетной встрече с Супраментальным человек соприкасается с такой красотой, что немедленно загорается горячим желанием оставить все остальное, расстаться со своим эго!

Я не говорю, заметьте, что нужно полностью освободиться от своего эго, чтобы получить некое представление о Супраментальном мире, ибо в таком случае это было бы почти невозможным. Нет, для этого достаточно совсем немного освободиться от бремени эго в какой-то, даже самой малой части своего существа, пусть даже только самым краешком ума; если же в ментальной и витальной частях, то просто замечательно; но если случайно — хотя, нет, отнюдь не случайно, а в результате многих усилий вы войдете в контакт со своим психическим существом, то тогда перед вами распахнутся широкие ворота в Супраментальный мир. С помощью психического у вас в один миг откроется ясное видение Супраментального во всей его красоте — но это будет только видение, не реализация. Психическое — это ворота в Супраментальное. Но даже если и без этой прекрасной реализации — соединения с психическим существом — если вам удалось добиться свободы лишь в какой-то ментальной или витальной части, то вы как будто пробиваете в дверях отверстие, своего рода замочную скважину, через которую вы уже можете что-то увидеть, совсем немного, небольшое видение, но уже и одно это так привлекательно, так интересно.

2 мая 1958 г.

## XIII О мире

*Не позволяй уму лениться и не иди тропею зла. Отринь ошибочные взгляды.  
Напрасно время не теряй.  
Восстань. Отринь беспечность. Ученья мудрости держись.  
Мудрец узнает счастье и в этом мире, и в миру ином.  
Ученья мудрости держись, не зла; Мудрец узнает счастье и в этом мире, и в миру ином.  
Царь смерти Яма не сможет отыскать того, кто мир воспринимает как мираж или пустой пузырь.  
Взгляни на мир; он словно царская расписан колесница для привлечения глупцов,  
но нет в нем ничего, чем можно было бы прельститься.  
Кто был беспечен прежде, но бдительность потом обрел,  
тот мир наш озаряет, как луна, что вышла из-за туч.  
Кто зло содеянное благими искупит делами,  
тот мир наш озарит, как ночью яркая луна, что выйдет из-за туч.  
Окутан мраком этот мир, здесь редко кто стезю свою находит;  
они, подобно птице, ускользнувшей из сетей, стремятся к небу.  
По солнцу лебеди находят путь. Кто сокровенные имеет силы — по воздуху летит.  
А мудрые мир этот покидают, Мару победив и полчища его злых сил.  
На зло способен тот, кто преступает хотя бы заповедь Учения одну,  
кто может ложью осквернить уста и высшим миром пренебречь.  
Поистине, скупому не достичь обители богов;  
глупцу неизвестно то счастье, что приносит щедрость.  
А мудрый в щедрости блаженство обретет и будет счастлив в запредельном мире.  
Чем править на земле, чем вознестись на небо и подчинить себе несметные миры,  
достоинее к Божественному устремиться Духу.*

Эта глава содержит четыре совета, которые мне хотелось бы использовать для нашей медитации, а именно: “Не позволяй уму лениться”, “Отринь ошибочные взгляды” (чего люди, к сожалению, не делают) и “Восстань. Отринь беспечность”.

Сегодня, по крайней мере, мир устроен так — будем надеяться, что он таким не останется навсегда, — что человек неразвитый, без какой-либо подготовки, сталкиваясь с разными идеями, невольно выбирает идеи ложные.

Так же и ребенок, который не получил должного воспитания, всегда избирает дурную компанию. С такими примерами я постоянно сталкиваюсь на практике. Если ребенок воспитывается в особой замкнутой обстановке и с раннего возраста проникается духом той особой атмосферы, особой чистоты, он, возможно, не сделает дурного выбора; но если взять обычного ребенка и поместить его в окружение, где есть как хорошие, так и дурные элементы, то такой ребенок потянется сразу к тем, кто может испортить его, в общем, к самой дурной компании.

Так же и человек, не обладающий развитым интеллектом, если предложить ему на выбор разные идеи и мысли, то из них он всегда предпочтет какие-нибудь глупости, потому что, как сказал Шри Ауробиндо, этот мир — мир лжи, невежества, и необходимы усилия, необходима устремленность к Истине, необходимо войти в контакт со своим глубинным существом — контакт осознанный и ясный, чтобы суметь отличить истинное от ложного и положительное влияние от дурного. Не работая над собой в этом направлении, не предпринимая усилий, человек скатывается в пропасть.

Такое положение вещей в мире обязано тому, что миром правят (нет, отнесем все к прошлому времени — так будет ближе к истине), миром правили Ложь и Неведение.

В действительности, все пока еще остается по-прежнему, не нужно тешить себя иллюзиями; но, возможно, ценой огромных усилий и предельной бдительности мы добьемся того, что все станет иначе ... в недалеком и скором будущем — “возможно” означает “в недалеком будущем”.

Вне всякого сомнения однажды это произойдет, но мы хотим, чтобы это случилось как можно скорее, вот почему мне нравятся эти два последних наставления: “Восстань. Отринь беспечность”.

9 мая 1958 г.

## XIV О Пробужденном

*Непревзойденный и равных не имеющий себе — как проследить пути его,  
когда следов он не оставил, Пробужденный, что в мире пребывает Бесконечном?  
Как заблудиться могут те, в ком нет ни вожделиний, ни желаний?  
Как отыскать пути к Нему, что не оставил никаких следов, к тому,  
что Пробужден и пребывает в мире бесконечном ?  
Богов способен зависть возбудить мудрец, что предан самоуглубленью,  
тот бдительный и Пробужденный, что с радостью живет в уединении.  
Родиться человеком трудно. Планида смертной жизни нелегка.  
Непросто участи счастливой заслужить, услышать истину Ученья,  
еще труднее Буддой стать и называться Пробужденным.  
Не делай зла; твори добро и ум свой в чистоте держи — вот Будды Пробужденного ученье.  
Терпение — достоинство из лучших у аскета;  
Нирвана — высшее из состояний, — так Будды говорят.  
Тот не монах, кто причиняет зло; воистину, и не подвижник тот,  
кто притеснять других стремится.  
Не обижать других, не причинять вреда, учиться по Закону жить Ученья,  
умеренность в еде, уединенье, погруженность в высшее сознание — вот ученье Будд.  
Дождю из золота не утолить желаний жажду, желанья наши ненасытны и страданья порождают.  
Известно это мудрецам.  
Не ищет мудрый наслаждений ни в небесах, ни на земле;  
он — Будды ученик и радость лишь находит в усмирении всех желаний.  
Люди, гонимые страхом, в горах и в лесах, и в храмах пытаются скрыться.  
Но нет надежного убежища нигде. Нигде не может человек спастись от множества страданий.  
Но кто прибежище находит в Будде, в Дхамме<sup>1</sup>, в Сангхе<sup>2</sup>,  
исполнен совершенным знаньем, тот постигает благородных истин суть,  
число же истин тех — четыре:  
Страдание, его причина, как победить страданье и восьмеричный Путь,  
что приведет к его уничтоженью.  
Вот то убежище, где не страшны страданья, оно зовется высочайшим.  
Найди его, оно тебя избавит от страданья.  
Не часто можно встретить Совершенных, Благородных Духом. Они не часто посещают землю.  
Но где мудрец такой родится, там люди счастливо живут.  
Благословенно Будд рождение, учение благословенно и Закон.  
Благословенна Сангха, что в единстве пребывает.  
Нельзя заслуг того измерить человека, что почести достойным воздает,  
будь это Будда сам или его ученики, — тех,  
кто избавился от заблужденья всякого и всякого желанья,  
кто все препятствия в себе преодолел и пересек поток скорбей и боли.*

Здесь речь идет о четырех Истинах и восьмеричном Пути, который ведет к уничтожению страдания. Рассмотрим более подробно, о чем говорится в тексте. Четыре благородные Истины таковы:

1. Жизнь — если иметь в виду жизнь обычную, протекающую в Неведении и Лжи — нерасторжимо связана со страданием: страданием телесным и страданием душевным.
2. Причина страдания есть желание, вызываемое неведением, которое по природе свойственно всякой обособленной жизни.
3. Существует средство избежать страдания, прекратить мучения.
4. Такого избавления можно достичь, если придерживаться принципов Восьмеричного Пути, при движении по которому ум постепенно очищается от собственного Неведения. Так что четвертая Истина так и называется: метод Восьмеричного Пути.

<sup>1</sup> Истинное Учение.

<sup>2</sup> Община; иерархия Великих и иерархия монахов.

Благородный Путь состоит в осуществлении следующих восьми ступеней при помощи систематической практики:

1. Правильное видение. Видеть все таким, каково оно есть на самом деле, то есть иметь ясное, точное, адекватное видение.

Человеческому Бытию присущи три свойства: а) боль; б) бренность; в) отсутствие неизменного “я”, то есть эго. Так говорит Дхаммапада. Но это не совсем точно, здесь нужно говорить, скорее, об отсутствии в человеке как в некотором психологическом конгломерате отдельного, определенного и постоянного, устойчивого во времени личного начала; именно по этой причине человек, например, не помнит о своих предыдущих жизнях, не имеет ощущения непрерывности своего сознания на протяжении всех этих жизней.

Таким образом, первый принцип — правильно видеть, а это значит видеть, что существование связано со страданием и болью, что все преходяще и что индивидуальное сознание не сохраняет непрерывность на протяжении различных жизней.

2. Правильные намерения или желания. Здесь не следовало бы использовать то же самое слово “желание”, так как нам как раз сказано, что не нужно иметь желаний, более точно будет сказать “правильные устремления”. Так что следовало бы заменить слово “желание” на слово “устремление”.

Каковы же правильные намерения? Освободиться от привязанностей и относиться благожелательно ко всему существу. Постоянно сохранять состояние доброжелательства. Всегда и всем желать наилучшего.

3. Правильная речь, речь, не причиняющая никому боли — никогда не говорить попусту и тщательно избегать всякого недоброжелательного слова.

4. Правильное поведение, миролюбивое, честное — во всех отношениях: не только в поступках, но и в чувствах и в мыслях. Быть честным в мыслях — одно из самых труднодостижимых качеств.

5. Правильный образ жизни, исключаяющий причинение зла или угрозу опасности для другого существа. Это правило понять относительно легко. Но находятся люди, которые, вопреки всякому здравому смыслу, доводят этот принцип до крайности; такие, например, прикрывают себе платком рот, чтобы не проглотить микроба, метут перед собой дорожку, чтобы не раздавить насекомое. Это уже немножко через край, ибо вся жизнь в ее нынешнем состоянии построена на разрушении; но при верном понимании текста становится ясно, что этот принцип предписывает просто избегать всякой возможности причинить зло и запрещает сознательно угрожать какой-либо опасностью любому существу. Под существом здесь можно понимать всякое живое существо, и если человек распространяет такую предосторожность и такую благожелательность на все живое во вселенной, то это способствует его внутреннему развитию.

6. Правильные усилия. Не расходовать впустую силы на бесполезные дела, но концентрировать всю свою энергию и направлять усилия на преодоление Неведения и освобождение от Лжи; здесь перестараться невозможно.

7. Седьмой принцип подтверждает шестой: правильный настрой духа. Поддерживать в себе постоянно деятельный и бодрый дух. Нельзя жить в полудреме, в полусознательном состоянии: обычно в жизни человек отдается, так сказать, на волю волн, а там — будь, что будет! Так поступает всякий. Временами человек пробуждается и начинает видеть, что понапрасну растратил время. Он хочет наверстать упущенное, но уже минуту спустя снова впадает в апатию. Лучше меньше горячности, но больше настойчивости.

8. И наконец: правильное сосредоточение. Глубокое и лишенное эгоизма сосредоточение мысли на сущности вещей, сокровенной истине и цели, которую предстоит достичь.

Как часто в жизненном потоке образуются пустоты, ничем незаполненные промежутки времени, какие-то, быть может, минуты, порой — и больше. И чем же человек заполняет их? Он тотчас же пускается искать, чем бы развлечь себя, выдумывает то одну, то другую глупость, лишь бы убить время. Это общее правило. Люди от мала до велика большую часть своего времени проводят в попытках убежать от скуки. Скука для человека страх смертный, и способ спасения от нее он находит в том, чтобы делать глупости.

Но есть и лучшее средство: обратиться к собственной памяти.

Когда у вас появляется время, час это или всего лишь несколько минут, скажите себе: “Ну вот, у меня есть, наконец, время сосредоточиться, собраться, еще раз обратиться к подлинным смыслу и цели жизни и предложить себя Тому, что есть истина и вечность”. Если бы всякий раз, когда вас не донимают внешние обстоятельства, вы потрудились бы поступать так, вы бы увидели, что ваше продвижение по пути очень ускорилося. Вместо того, чтобы понапрасну тратить время на болтовню, на пустые дела, на такое чтение, которое снижает уровень сознания (и это еще в лучшем случае, я не беру здесь другие глупости, по своим последствиям значительно более серьезные), вместо того, чтобы искать способы одурманить себя, сокращать отпущенное время, которого и без того мало, и в конце жизни вдруг осознать, что три четверти возможностей, благоприятствующих развитию, упущено — здесь хочется двигаться в удвоенном темпе, но так не получается, — так вот, вместо всего этого лучше развивать в себе воздержанность, уравновешенность, терпеливость, спокойствие и никогда не упускать дарованной вам благоприятной возможности, то есть использовать предоставившуюся свободную минуту для достижения истинной цели.

Когда вам нечего делать, вы мечетесь, суетитесь, спешите встретиться с друзьями, погулять — и это, опять же, в лучшем случае, не говоря о том, чего делать нельзя просто с очевидностью, — вместо этого спокойно посидите наедине с небом или морем, или с деревьями — смотря по имеющейся возможности (здесь, кстати, у вас есть любая из упомянутых) — и постарайтесь выполнить хотя бы что-то одно из следующего: осознать для чего вы живете, как надо жить, что хотите делать и что нужно делать, как наилучшим образом избежать Неведения, Лжи, боли, в которой живет человек.

*16 мая 1958 г.*



## XV О счастье

*Мы счастливы, что ненавидеть не умеем, когда вокруг нас злобы океан.  
Так не узнает сердце наше злобы, когда бушует ненависть вокруг.  
Мы счастливы, не ведая страданий, когда вокруг нас боли океан.  
Так не узнает сердце наше боли, когда вокруг страданиям нет конца.  
Мы счастливы, не зная вожелений, когда вокруг нас алчность кипит.  
Так не узнает наше сердце вожелений среди алчущей толпы людей.  
Мы счастливы, ничем на свете не владея. Пусть пищей нашей будет радость, как у сияющих богов.  
Победа рождает враждебность, и скорбь побежденного ждет.  
Кто любит мир, тот в радости живет, презрев и пораженны, и победу.  
Страшнее похоти на свете нет огня. Нет большего несчастья, чем ненависть.  
Удела горше нет, чем в этом мире бытие, блаженства выше нет, чем благодать Нирваны.  
Нет хуже недуга, чем голод; нет хуже бедствия, чем жизнь.  
Кто понял это, тот постиг, что высшее блаженство — есть Нирвана.  
Здоровье — лучшее из благ, что в жизни нам дается.  
Дороже нет богатства, чем довольство, нет лучшего попутчика, чем верный друг,  
и счастья нету больше, чем Нирвана.  
Вкусив и сладость одиночества, и Высшего покой, освободишься ты и от страданий, и от зла;  
и к сладкой преданности Истины ты будешь приобщен.  
Созерцанье Возвышенных Духом — есть благо;  
жить подле них — безграничное счастье; и счастлив тот, кто взор не обращает на безумцев.  
Жизнь в окружении безумцев — долгие страдания сулит.  
Безумных общество подобно обществу врагов.  
Жить среди мудрых — значит счастье вкушать, что можно лишь вкусить среди родных.  
Жить подле мудрого стремись, того, кто непоколебим и благороден, и обладает знанием, и предан Истине.  
И как луна по звездам путь находит свой, так ты примеру следуи мудрых и достойных.*

Один из стихов здесь особенно хорош. Его можно было бы перевести и так: “Счастлив тот, у кого нет никакой собственности, его пища — радость светозарных богов”.

Не иметь собственности отнюдь не означает вообще ничем не пользоваться, ничем не располагать.

Счастливый тем, что у него нет никакой собственности, — это тот, кто лишен чувства собственника, кто умеет пользоваться тем, что ему дается, с сознанием, что предоставленное ему — не его личное, но принадлежит Всевышнему. Такой человек, расставаясь с чем-то, не испытывает сожалений, для него совершенно естественно, что Господь забирает у него и отдает другим то, чем наделил в свое время его; такой человек одинаково радуется и наличию вещей, и их отсутствию. Когда такому человеку что-то дается, он принимает это как дар Господа; и когда от него что-то уходит, он живет, черпая радость даже в бедности, — потому что именно чувство собственности привязывает людей к вещам, именно оно делает их рабами, и если его уже нет, можно жить в постоянной радости, в непрерывном потоке и круговороте вещей, испытывая чувство полноты и изобилия, когда ты чем-то владеешь, и наслаждаясь своей отрешенностью, когда ты что-то теряешь.

Радость! Радость — это жизнь в Истине, жизнь в общении с Вечностью, с подлинной Жизнью, с немеркнущим Светом. Радость — это быть свободным настоящей Свободой, Свободой постоянного, нерушимого единства с Божественной Волей.

Боги — это существа, обладающие бессмертием, не связанные ограничениями материальной жизни со всей ее узостью, ничтожностью, неподлинностью и ложью.

Боги — это существа, обращенные к Свету, чья жизнь исполнена Силы и Знания; именно их имел в виду Будда, а не богов разных религий. Это существа божественные по самой своей природе; они могут жить в человеческом теле, оставаясь свободными от Неведения и Лжи.

Когда вы ничем не владеете, вы можете расширить свое сознание до безбрежности Вселенной.

23 мая 1958 г.

## XVI

### Об удовольствии

*Кто предаётся лишь пустому, полезному себя не посвящает и удовольствие предпочитает знанию, тот пожалеет, что знания не выбрал путь.  
Так не ищи же удовольствий, а неприятностей — тем паче: болезненно с приятным расставаться, равно как больно неприятности встречать.  
И дорожить ничем не стоит, ибо тяжка любимого потеря.  
Ничем не связан тот, кто ни любви, ни ненависти не питает.  
Приятное всегда печаль и страх рождает.  
От удовольствий кто свободен, тот незнаком с печалью и со страхом.  
Влечение печаль рождает, влечение рождает страх.  
Кто всякое влечение оставил, не знает тот печали и страх не может испытать.  
Привязанность печаль рождает, привязанность рождает страх.  
Привязанности кто свои оставил, печали тот не знает и страх не может испытать.  
Желание печаль рождает, желание рождает страх.  
Кто всякое желание оставил, печали тот не знает и страх не может испытать.  
Пристрастие печаль рождает, пристрастие рождает страх.  
Кто всякое пристрастие оставил, печали тот не знает и страх не может испытать.  
Кто праведен и справедлив, кто Истину познал, кто мудр и исполняет долг и интуицию имеет, тот дорог людям.  
Кто к несказанному Покою устремлен, чей разум пробужден, желанию чьи мысли неподвластны, зовется тот “плывущим к Совершенству против течения реки”.  
Как после разлуки родные встречают, когда ты вернешься домой, такая же встреча тебя ожидает и в мире ином, когда ты в него переходишь; коль праведно жил ты, то в мире ином все добрые люди навстречу тебе поспешают.*

Мне всегда казались малоубедительными доводы, которые обычно приводятся в пользу того, чтобы человек становился мудрее. “Не делай этого — будут неприятности, не делайте того — это опасно...” И сознание человека все больше теряет гибкость, застывает, деревенеет от страха перед несчастьем или болью.

Мне кажется, в этом случае лучше говорить, что существует определенное состояние сознания, которое достигается устремлением души и постоянным внутренним усилием; при этом чувство радости ничем не омрачается и страх невозможен вообще; в этом состоянии сознания человек живет уже не для себя, и все, что он делает, все, что он чувствует, всякий его шаг становится жертвоприношением Всевышнему, которое человек совершает в полном доверии, снимая с себя всякий груз ответственности передавая Ему все свое бремя, которое с этих пор перестает быть бременем.

Какая невыразимая радость — не тяготиться больше ответственностью за себя, не думать о себе! Как это уныло, нудно, мелко — думать о себе, быть в постоянной заботе о том, что нужно и чего не нужно делать, что будет полезно, а что вредно, чего следует избегать, а чего — добиваться — господи, какая скука! Но если человек, как цветок, распускающийся навстречу солнцу, живет, полностью раскрывая всего себя высшему Сознанию, высшей Мудрости, высшему Свету, высшей Любви, Любви всеведущей и всемогущей, Любви, которая на себя берет всякое попечение о нем — так что ему больше не о чем заботиться, — то такое состояние сознания можно назвать идеальным.

Но почему же люди живут иначе?

Они об этом не думают или забывают, над ними берут верх старые привычки; но решающую роль здесь играет скрытое где-то в бессознательном или даже в подсознательном предательское сомнение, которое постоянно нашептывает: “Будь осторожен, а то не миновать несчастья. Будь внимательным к себе — кто знает, что может случиться...” И столько в человеке еще глупости, столько глупости и так мало света и ума, что он поддается этим нашептываниям, переводит внимание на себя и все от начала до конца этим портит.

И тогда нужно вновь начинать обучение клеток, чтобы привнести в них немного мудрости и здравого смысла, приучить не беспокоиться попусту.

30 мая 1958 г.

## XVII О гневе

*Гнев и гордыню побори и разорви все узы, что тебя связали.  
Кто не привязан ни к чему, ничем кто не владеет, тот от страданий всех избавлен.  
Кто справиться умеет с гневом, как с конем — наездник, того назвать возничим можно.  
Все остальные в руках лишь вожжи удержат умеют.  
Гнев побеждай спокойствием, а зло — добром. И в щедрости найдешь, чем скупость одолеть.  
И в правде средство против лжи отыщется всегда.  
Не поддавайся гневу и правду говори, все, чем владеешь, просящему отдай.  
Три правила исполнив эти, ты уподобишься богам.  
Далекий от насилия мудрец, что с чувствами своими совладать умеет,  
достигнет вечного благого состоянья, лишеного мучений.  
Кто собран и внимателен всегда, кто учится владеть собой и днем, и ночью,  
кто в мыслях устремлен всегда к Нирване, тот сбросит навсегда с себя нечистоту.  
Всегда, не только ныне, осуждены бывали все: и те, кто слов на ветер не бросал, и те,  
кто в многословные пускался рассужденья, и те, кто пребывал в безмолвии суровом.  
Никто не избежал здесь осужденья.  
И не было, и нет, и никогда не будет того, кто был бы лишь предметом брани или похвалы.  
Похвал кто удостоится у мудрых, чей взор следил за каждым днем его, за то, что был понятлив,  
безупречен и знанием и добродетелью был наделен;  
посмеет кто хулить его, того, кто слитку золота подобен?  
Ведь сами боги — и даже Брама — ему хвалу возносят.  
Остерегайтесь невоздержанности тела. Следите за поступками своими и,  
отказавшись от всего дурного, в своих поступках к совершенству устремитесь.  
Остерегайтесь невоздержанности в речи. Следите за словами и речами.  
Отвергнув все дурное в своей речи, в словах своих стремитесь к совершенству.  
Остерегайтесь невоздержанности в мыслях. За мыслями своими следите строго.  
Отвергнув все дурное в мыслях, стремитесь чистой мыслью к совершенству.  
Поистине достигли полной власти над собой те мудрецы, что в действиях,  
словах и мыслях собой всецело овладели.*

Я предлагаю каждому из вас попытаться — пусть даже совсем недолго, хотя бы час в день — говорить только то, что абсолютно необходимо. Ни одного слова лишнего. Вы выбираете наиболее подходящий для себя час, самый для вас в этом деле подходящий, и в течение этого времени вы внимательно следите за собой, чтобы говорить только то, что совершенно необходимо.

Поначалу труднее всего будет определить, что именно является совершенно необходимым, а что нет. Уже одно это послужит для вас своеобразной наукой, и с каждым днем у вас будет получаться все лучше.

Далее вы обнаружите, что не так трудно вообще ничего не говорить, но стоит только открыть рот и вы сразу же скажете два, три, десять, двадцать совершенно лишних слов, без которых можно было прекрасно обойтись.

Придется вам поупражняться в этом до следующей пятницы. Посмотрим, какие будут ваши успехи. В конце недели, в пятницу те, кто попытается выполнить это задание, могут коротко в записке рассказать мне о своих достижениях. На сегодня все.

6 июня 1958 г.

## XVIII О нечистоте

*Вот и стал ты, как высохший лист; тебя посланцы Ямы поджидают у порога.  
И уходить тебе вот-вот, а ты к дороге не готов!  
Не мешкай и трудись упорно, и в мудрости спасение ищи.  
Когда нечистоту с себя ты сбросишь, войти в небесную обитель сможешь благородных духом.  
Твои дни сочтены, ты предстоишь пред богом смерти. И негде будет отдохнуть тебе в дороге.  
Ты не готов к пути в загробный мир.  
Не мешкай, и трудись упорно, и в мудрости спасение ищи.  
Когда нечистоту с себя ты сбросишь, избежешь ты перерожденья и снова не придется умирать.  
Как мастер дел серебряных от грязи очищает серебро, мудрец день ото дня,  
минута за минутой себя от скверны очищает.  
Как ржавчина железо разъедает, так и дела дурные разрушают человека, его в несчастье повергая.  
Как сила мантры требует повтора, а прочный дом — ухода за собой,  
так праздность — враг телесной красоты,  
а бдительность — твой первый друг, если стоишь на собственной ты страже.  
Для женщины — нечистота беспутство. А скупость — для дающего нечистота.  
Поступки злые совершая, нечистоту стяжаем в этом мире и в миру ином.  
Но хуже нет нечистоты невежества, о Бхикху.  
Избавьтесь только от нее, и не останется в вас больше скверны.  
Бесстыдным и нахальным, как вороны, хвастливым,  
злым, самонадеянным, испорченным легко живется.  
Жизнь тяжела для тех, кто скромн и ищет чистоты,  
кто к миру сердцем не привязан, кто независим и в суждены верном строг.  
Кто убивает, лжет, крадет, чужой жены желает и предается пьянству,  
тот в мире этом уже лишил себя корней.  
Знай: трудно одолеть нечистоту и злобу.  
Не дай же вожделинию и злу тебя повергнуть в нескончаемые муки.  
Рука дающего дает согласно вере и расположенью. И если ты не рад питью и пище,  
что преподнес тебе другой, как подаянье, ни днем, ни ночью не достигь тебе покоя Духа.  
Нотот, кто скорнем взрывал это чувство огорченья, тот днем и ночью в глубине сосредоточен Духа.  
Ничто не жжет сильнее, чем огонь желаний, и ненависти хватки в мире нет сильней.  
Нет западни искуснее, чем сети заблуждены, потока нет неудержимей, чем поток желаний.  
Легко увидеть недостатки у другого, труднее разглядеть свои.  
Поведать о чужих грехах спешим всему мы свету, свои же прячем,  
как игрок скрывает ловкий выпавшую плохо кость.  
Кто ищет недостатки в людях, питая этим раздражение в себе,  
свои пороки преумножит, но не избавится от них.  
Не может быть дорог на небосводе; не может быть Саманы<sup>1</sup> без духовного Пути,  
и люди в суете находят наслажденье. Все эти трудности преодолели Татагаты<sup>2</sup>.  
Не может быть дорог на небосводе; не может быть Саманы без духовного Пути,  
и мир условностей непостоянен; но Будды сохраняют вечно неизменность.*

Я прочитала ваши записки по поводу контроля над речью. Некоторые из вас отнеслись к делу очень серьезно. Я довольна результатами. Думаю, что будет только лучше для всех, если вы и дальше будете этим заниматься.

Кто-то мне очень верно написал, что стоит начать такую практику и уже нельзя остановиться, потому что для этого нет, собственно, никаких причин; сначала вы этому посвящаете какой-то час в день, а затем становится уже потребностью, привычкой, и вы продолжаете делать это, как нечто само собой разумеющееся.

Будет превосходно, если в ходе ваших упражнений вы придете именно к такому результату.

Остановимся на трех положениях из прочитанного сегодня вечером. Первое состоит в том, что человек должен постоянно проявлять настойчивость и упорство в предпринятом деле, если хочет достичь какого-то результата. Так,

<sup>1</sup> Аскет.

<sup>2</sup> Просветленные Будды, которые, согласно буддийской традиции, пришли на землю, чтобы открыть вечную Истину

Дхаммапада говорит, что если вам дана мантра, но вы повторяете ее недостаточно часто, то в ней для вас нет никакого смысла; предаваясь рассеянности, вы теряете то, что вам дает внимание и бдительность; если, взяв за правило следовать полезным привычкам, вы его не придерживаетесь, никакой пользы вам от этого не будет — иначе говоря, необходимо во всем проявлять настойчивость и упорство. Взять хотя бы то упражнение, которое я предложила вам на предыдущей встрече, — я предложила его в надежде, что вы введете его в круг своих привычек, и тогда это поможет вам справиться с собственными трудностями.

Мне уже кто-то сказал — и совершенно справедливо, — что с помощью практики такого частичного безмолвия или, во всяком случае, словесного воздержания, удастся естественным образом справиться с большим числом своих недостатков, избежать трений в общении и взаимонепонимания. Так оно и есть.

Задержимся теперь на следующем предмете нашего чтения — речь идет о нечистоте в человеке и мире; в качестве примера Дхаммапада толкует о злонамеренности и злодеянии. Злодеяние скверно как в этом, так и в иных мирах, говорится в тексте, но уже в следующем стихе сказано, что нет ничего более нечистого, чем Неведение, иначе говоря, Неведение рассматривается как главный недостаток, такой недостаток, который должен быть исправлен в первую очередь; под Неведением здесь понимается не отсутствие сведений или поверхностных знаний, касающихся внешней стороны этого мира, но забвение подлинного смысла жизни — того, ради чего, собственно, мы живем.

И было еще третье, не так ли?... Да, так вот: не следует тешить себя иллюзией, что если у вас есть намерение идти путем правды, если вы скромны, непритязательны, стремитесь к чистоте, бесстрастию, ищите уединения, ясности в суждениях, то в жизни вам от этого будет легче ...как раз наоборот! С того самого времени, как человек начинает движение к внутреннему и внешнему совершенству, для него начинаются главные трудности.

Как часто приходится мне слышать от людей: “Как же так, все точно ополчилось против меня теперь, когда я стараюсь быть добрым!” Но это происходит именно для того, чтобы вы поняли, что быть добрым нужно совершенно бескорыстно, быть добрым нужно не ради доброго отношения к себе со стороны других — а ради самой доброты.

Всегда один и тот же урок: стараться делать как можно лучше, делать все, что в твоих силах, но без ожидания результата, не ради результата. Рассчитывать на воздаяние за содеянное добро, стараться быть добрым в надежде сделать свою жизнь легче, такой подход сам по себе полностью обесценивает всякое доброе дело.

Нужно быть добрым из любви к добру, нужно быть справедливым из любви к справедливости, нужно быть чистым из любви к безупречности, нужно быть бескорыстным из любви к бескорыстию, тогда ваше движение вперед обеспечено.

*13 июня 1958 г.*



## XIX О праведном

*Предвзятый суд — неправый суд. Мудрец — кто отличить умеет неправое от правого,  
других по справедливости кто судит, по Закону.  
Такого мудреца, хранителя Закона, праведным зовут.  
Не тот мудрец, кто много говорит, а тот, кто сострадает и бесстрашен, к братской помощи готов.  
Не тот, кто много говорит, — Учению опора;  
а тот, кто, лишь немного зная из Ученья, то знание осуществляет в жизни.  
Учения он ревностный блюститель.  
Не всякий седовласый — тхера <sup>1</sup>.  
Быть может, он и зрел годами, но созревание ему не принесло плодов.  
Поистине, тот тхера, кто владеет правдой, кто добродетелен и чужд насилья,  
собой владеет, избавился от всякой скверны и мудростью кто наделен.  
Ни красноречие и ни красивая наружность вас не украсят, коль зависть,  
ложь и жадность в вас живет; тот мудр, кто истребил в себе подобные пороки, и тем прекрасен он.  
Коль своеволен ты и лжив, то голову обрив, не станешь ты аскетом.  
Желаньями и жадностью исполнен, как можешь стать Саманой?  
Самана тот, кто зло в себе изжил в большом и малом, очистился от зла.  
Кто подаянием живет — еще не Бхикху. Одно лишь соблюдение обетов не сделает вас Бхикху.  
Но тот, кто выше и добра, и зла, кто в праведности жизнь свою проводит,  
кто с разумением шествует по жизни, того мы Бхикху назовем.  
Не станет мудрецом молчальник, будь он невежда и глупец;  
но кто способен, взвесив как на весах и зло, и благо, свой сделать выбор, того мы мудрым назовем.  
Тот мудр, кто созерцанием своим объял и этот мир, и мир потусторонний.  
Не станет благороден духом тот, кто причиняет боль живым созданиям.  
Кто чужд насилья и причинить вреда живому существу не может, тот,  
без сомненья, достоин называться “Благородный Духом”.  
Хоть предписания ты соблюдаешь и обеты, и знания большие получил,  
и время посвящаешь самоуглубленью, и жизнь уединенную ведешь, и думаешь:  
“Я смог достичь блаженства и свободы, недоступных в этом мире”, —  
ты все же недостойн Бхикху называться.  
Так будьте бдительны, о Бхикху, пока последнее желанье не угаснет в вас.*

Мы остановимся на последнем стихе. Он заслуживает внимания.

Не соблюдением правил морали и обетов, не широкими познаниями, не медитативной практикой, не уединенностью жизни, не особым размышлением достигается подлинное блаженство — оно достигается освобождением от всех желаний. Избавиться от желаний — дело, конечно, нелегкое, порой на это уходит целая жизнь. Но, говоря по правде, такой путь представляется мне крайне негативным, хотя на определенной стадии развития подобная практика очень полезна и даже необходима тому, кто хочет освободиться от самообмана. Ибо поначалу вы стремитесь освободиться от сильных желаний, желаний, для вас явных, тех, которые до такой степени одолевают вас, что у вас даже нет ни малейших иллюзий на их счет; затем наступает черед уже более тонких желаний, которые выступают под видом долга, необходимости, порой даже настоятельной внутренней потребности, и требуется время и немалая искренность, чтобы вскрыть и преодолеть их; и вот, наконец, когда, кажется, уже покончено с этими гадкими желаниями и на физическом плане — во внешнем окружающем мире, и на витальном — в мире чувств и эмоций, и на ментальном плане — в мире идей и мыслей, вы вдруг снова сталкиваетесь с ними уже на духовном уровне, и здесь они значительно более опасны, изошренны, наделены большей проникающей силой, значительно более недоступны для взора и ко всему прочему выступают в ореоле такой святости, что их и желаниями-то не осмелишься назвать.

И когда удается справиться с желаниями — обнаружить их, вытащить на свет божий и освободиться от них, то выполнена всего лишь только негативная часть работы.

Будда говорил, или считается, что говорил, что, освободившись от всякого желания, человек обязательно достигает бесконечного блаженства. Быть может, это и блаженство, но слишком уж безжизненное, и уж, во всяком случае, предлагаемый путь — не самый короткий, на мой взгляд.

<sup>1</sup> Старшее монашеское звание.



Если взять проблему сразу всю целиком, если со всем мужеством и решимостью приступить к ее разрешению, а не устраивать долгую, трудную, утомительную, неблагодарную охоту за желаниями, просто отдать себя безусловно и полностью, отдать себя Высшей Реальности, Высшей Воле, Высшему Существо, полностью довериться Ему, со всем жаром и самозабвением устремившись к Нему всем своим существом и каждой его частицей, то это будет самый быстрый и самый радикальный способ избавиться от своего эго. Скажут, что это трудно выполнимо, но здесь, по крайней мере, есть горение; на этом пути человеку дано почувствовать и жар души, и воодушевление, и свет, и красоту, и созидательный огонь жизни.

Верно также и то, что с уничтожением желаний в человеке остается не так много, на чем могло бы держаться его эго, и у него возникает впечатление, что сознание стало до такой степени сухим и безжизненным, что, когда эго окончательно исчезает, в какой-то мере исчезает он сам, и тогда он совершенно готов уйти в Нирвану, что в данном случае равносильно просто уходу в ничто и никуда.

Но для нас истинная Нирвана — это растворение своего эго в сиянии славы Всевышнего. Именно такой путь я называю позитивным, когда человек отдает себя Божественному целиком и полностью, без оговорок, без остатка.

Одно то, что уже не нужно думать о себе, жить для себя, заботиться о себе, когда все мысли заняты тем, что гораздо более прекрасно, исполнено света, радости, силы, сострадания, необъятности, одно это наполняет вас таким глубоким счастьем, что сравниться с этим не может ничто.

Это единственно стоящее..., что достойно стремлений и усилий. Все остальное — просто топтание на месте.

Есть разница в том, как подняться на гору: карабкаться по склону в обход, медленно, тяжело, отмеряя шаг за шагом, карабкаться веками или раскрыть невидимые крылья и полететь прямо к вершине.

*20 июня 1958 г.*

## XX О пути

*Из всех путей Путь Восемьмеричный — лучший;  
из истин — та, что вобрала в себя Четыре наставленья в Истине;  
из чувств всех лучшее чувство бесстрастия;  
из всех людей — тот лучший, Будда, кто видит истину и понимает.  
Вот это настоящий Путь и есть; иного нет, что дал бы чистоту прозренья.  
Ты, этим следуя путем, смутишь дух зла.  
Идя таким путем, страданья прекратишь.  
Я сам об этом возвестил пути, когда постиг, как избежать шипов страдания.  
Усилия ты должен сам предпринимать, а Просветленные лишь Путь тебе укажут.  
Кто предан самоуглубленью и следует по этому Пути, с себя тот сбросит узы Мары.  
“Все, что рождено от временных условий, — преходяще”.  
Как скоро человек постиг все это, свободен он от всех скорбей. Вот к очищенью путь.  
“Страдает все, что рождено от временных условий”.  
Как скоро человек постиг все это, свободен он от всех скорбей. Вот к очищенью путь.  
“Все вещи в этом мире иллюзорны”. Как скоро человек постиг все это, свободен он от всех скорбей.  
Вот к очищенью путь.  
Кто молод и силен, но действовать не хочет, когда приходит время,  
чей ум — в плену пустых, бесплодных мыслей, — тот празднolibец, и мудрости путей ему не отыскать.  
Умень управлять своим умом и сдержанность в словах, отказ от злых поступков —  
вот три основы очищенья, чтобы достичь пути, что мудрыми указан.  
Нет мудрости без самоуглубленья, вся мудрость из него истекает.  
Руби под корень лес своих желаний, не только дерево одно. В лесу том обитает страх.  
Руби под корень этот лес с деревьями большими и поменьше. Свободны будьте от желаний, Бхикху.  
Пока мужчина из себя не вырвет влечение к женщине без всякого остатка,  
не будет ум его освобожден, как сосунок от матери не может быть свободен.  
Любовь к себе ты вырви с корнем как осенний лотос.  
Пусть будет для тебя одна любовь — Покой Нирваны. Так учил Сугата<sup>1</sup>.  
“Здесь в дождь найду убежище себе, а здесь — когда наступит холод, а там — в жару”.  
Так думает глупец в уме своем, не зная, что ожидает впереди его.  
Кто к детям и скоту привязан, застигнет смерть того врасплох и унесет,  
как спящую деревню уносит бурных вод поток.  
Ни дети, ни отец и ни семья нас не спасут;  
когда настигнет смерть, все наши ближние — не помощь.  
Со всюю ясностью осознавая это, мудрец по праведной стезе без промедления спешит к Нирване.*

Здесь содержится несколько очень полезных советов: умеренность в речи, ментальный контроль, воздержание от дурных действий. Все это крайне необходимо.

А вот это хотя и категорично, но тоже очень верно и сильно: “Пока мужчина из себя не вырвет влечение к женщине без всякого остатка, не будет ум его освобожден, как сосунок от матери не может быть свободен”.

И последнее: “Любовь к себе ты вырви с корнем как осенний лотос. Пусть будет для тебя одна любовь — Покой Нирваны. Так нас учил Сугата”.

Похоже, эти советы были предназначены для людей, в интеллектуальном отношении находившихся в начале Пути. Легко представить картину, когда собравшимся крестьянам, людям незатейливым по складу ума, нужно было говорить примерно так: “Слушайте внимательно, нет смысла загадывать наперед, потому что вы не знаете, что ждет вас завтра. Вы копите добро, в кругу семьи находите покой и отдых, строите планы на завтра и на потом, но не осознаете, что смерть подстерегает вас на каждом шагу и в любую минуту может настигнуть вас”.

Но существует в умственном развитии и несколько более высокая ступень, когда об этом уже не нужно говорить — этим нужно жить! Жить, постоянно осознавая, что все вокруг без исключения преходяще, и не следует иметь никакой привязанности, если хочешь быть свободным и двигаться к совершенству вместе со всей Вселенной, поспевать в своем развитии за вечным ритмом. Это понятно. Но важно практическое осуществление. Такое впечатление,

<sup>1</sup> Будда.

что все это говорилось людям, которые прежде никогда ни о чем подобном даже и не задумывались, и поэтому то, что они слышали, имело на них максимальное по своей силе воздействие.

Так или иначе человечество все же движется вперед — главным образом, на ментальном уровне сознания, — несмотря на все видимые признаки, которые, казалось бы, говорят об обратном. Появилось много новых понятий, о которых говорить особо уже нет нужды... если только вы не отправитесь в такие края, где уровень развития совсем примитивен, да и то... распространение идей идет повсюду, всюду проникает свет ментального сознания; в самых неожиданных местах обнаруживается возможность восприятия новых идей.

Похоже, в прошлом веке земле был дарован некий свет, распространение которого привело к тому, что определенные идеи, идеи-силы, идеи некогда новые, способные менять сознание людей, утратили свою актуальность — устарели. Пришел новый свет.

В действительности прогресс не столь уж велик, а в каких-то направлениях, быть может, даже произошло движение вспять, но что касается умственного развития, способностей к постижению окружающего, интеллектуального видения мира, то здесь сдвиги, действительно, значительны.

Мы как бы движемся вперед ускоренным шагом, и то, чему раньше придавали большое значение, теперь становится общепринятым явлением в свете новых открытий. Нам всем прекрасно известно, что жизнь в своем теперешнем виде далека от идеала, что нигде нет порядка, что повсюду боль и мука, неразбериха, повсюду хаос, невежество — не правда ли? Это уж, кажется, превратилось в избитую истину.

Но можно выбраться из всего этого путем всеобщей реализации, всеобщего преобразования, с помощью нового света, который установит во всем порядок и гармонию, и в этой возможности — наша надежда и наша весть, которую мы понесем в мир. Это весть истины и силы.

Нужно строить новую жизнь.

И тогда все эти трудности и тяготы, которые казались столь непреодолимыми, исчезнут сами собой.

Если можешь жить светло и радостно, будешь ли цепляться за мрак и страдание?

*27 июня 1958 г.*

## XXI О разном

*Если счастья мудрец достигает, отказавшись от радости малой,  
пусть оставит он, мудрый, одно, для того чтобы выбрать другое.  
Кто к счастью своему стремится, при этом вред другому причиняя,  
тот ненависти преисполнен и рабски его подчинен.  
Не совершать того, что должно, а должным — пренебречь:  
вот способ поощрять в себе надменность и легкомыслие питать.  
Всегда держать в уме природу истинную тела, к дурному не стремясь,  
упорно следуя благому, — вот в жизни верная стезя, и все нечистое исчезнет в вас тогда.  
Убив своих отца и мать, в себе желание и эго уничтожив, и двух враждующих царей,  
и их владенья растоптав, оставив взгляды ложные и чувства, Брамин свободен от зла.  
Убив своих отца и мать, и двух враждующих царей,  
и тигра — разума блужданье, — оставив взгляды ложные и чувства, Брамин свободен от зла.  
Кто следует за Гаутамой, те днем и ночью пребывают в пробужденьи,  
свое вниманье лишь к Будде, к Дхамме, к Сангхе устремив.  
Кто следует за Гаутамой, те днем и ночью пребывают в пробужденьи,  
все их внимание Учением поглощено.  
Кто следует за Гаутамой, те днем и ночью пребывают в пробужденьи,  
и их вниманье поглотила Сангха.  
Кто следует за Гаутамой, те днем и ночью пребывают в пробужденьи,  
о подлинной природе тела памятуя своего.  
Кто следует за Гаутамой, те днем и ночью пребывают в пробужденьи  
и в сострадании находят наслажденье.  
Кто следует за Гаутамой, те днем и ночью пребывают в пробужденьи  
и радость в медитации находят.  
От мира отречение тяжко, но столь же тягостна и жизнь в миру.  
Печальна и трудна главы семейства жизнь, и тягостно нам быть среди тех,  
кто нам неровня, и тягостно блуждать в круговороте новых жизней.  
А посему печали в жизни не ищите и не скитайтесь, не имея цели.  
Исполненный и добродетели, и веры, снискавший славу и богатство,  
везде к себе он вызовет почтенье.  
Как пики снежных высоких Гималаев, своим сияньем издали видны добром исполненные люди.  
Исполненные зла видны, как стрелы, пущенные в ночь.  
Кто в одиночестве и ест, и спит, и в одиночестве он предан самосовершенству,  
тот радость обретет в лесной уединенной жизни.*

Здесь нужно остерегаться заблуждения — думаю, что в данном случае мы имеем дело скорее с определенными символами, нежели с конкретными жизненными явлениями, поскольку совершенно очевидно, что даже если человек ест в одиночестве, спит в одиночестве, в полном одиночестве живет в лесу, то всего этого никак недостаточно, чтобы обрести духовную свободу.

Замечено, что если человек уединенно живет в лесу, то в большинстве случаев он заводит дружбу с окружающими его животными и растениями; благодаря одной только уединенной жизни вы еще не сможете уйти во внутреннее созерцание и жить в единении с высшей Истиной. Быть может, все это и проще, когда в силу обстоятельств у вас вообще нет никаких других дел, но я в этом не уверена. Занятие себе всегда можно выдумать, и я считаю, исходя из своего жизненного опыта, что если человек сумеет обуздать собственную природу, находясь в тяжелых условиях, если он прилагает усилия, чтобы внутренне пребывать наедине с вечным Присутствием, до конца оставаясь в том окружении, которое ниспослано ему Свыше, он достигает неизмеримо более истинной, более глубокой, более устойчивой реализации.

Бежать от трудностей с тем, чтобы их победить, — это не решение проблемы. Но это очень заманчиво. Есть что-то такое в тех, кто стремится к духовной жизни, что нашептывает им: “О, хорошо бы расположиться где-нибудь под деревом, в полном уединении, отдаться медитации, не поддаваться соблазну разговоров и действий — как это, должно быть, прекрасно!” В этом отношении существует очень устойчивый стереотип мышления, но он обманчив.

Наилучшая медитация — это медитация, которая наступает внезапно и овладевает вами как безусловная необходимость. Вам ничего не остается, как отдаться сосредоточению, медитации, созерцанию, проникающему за пределы внешней видимости вещей. И это состояние приходит к вам совсем необязательно в лесной глуши, оно приходит, когда вы внутренне готовы, когда настало время, когда это вам нужно по-настоящему и когда Милость с вами.

С моей точки зрения, человечество достигло определенного прогресса, но подлинная победа будет одержана непосредственно в недрах самой жизни.

Нужно уметь оставаться наедине с Вечностью и Бесконечным в любых обстоятельствах. Нужно уметь оставаться свободным — наедине с Всевышним, доверясь Ему как спутнику и товарищу — в потоке любых дел и занятий. Вот в чем состоит истинная победа.

*14 июля 1958 г.*

## XXII Нирайя — Ад

*Кто лжет и отрекается с готовностью от всех деяний, тот попадает в преисподнюю.*

*Всех, зло творящих, одна ждет участь после смерти.*

*Хотя и носят многие монаха одеянье, но по натуре и распущенны, и злы;  
из-за деяний злых им предстоит родиться в преисподней.*

*Враспутстве кто погряз, тем лучше проглотить расплавленный металл, чем жить на подаянье.*

*Четырежды наказан будет тот, кто пожелает обладать женой другого;  
и наказаньем будет стыд и беспокойный сон, и осуждение, и Нирайя.*

*Так он стяжает репутацию дурную и новое нелучшее рождение;  
любовников недолг наслажденья миг, но тяжко наказание законной власти.*

*Так пусть никто чужой жены не ищет.*

*Как режет руку стебель Кусы при неловком обращении, так аскетизм,  
непонятый как нужно, ведет в Нирайю.*

*И долг, что исполнялся неусердно, и соблюденные неправильно обеты,  
и праведная жизнь из одного лишь страха — не принесут желаемых плодов.*

*Что сделать надлежит, исполнено пусть будет со всем усердием.*

*Аскет нестрогих правил лишь пыль желаний возмутит.*

*Содеявшего зло ждет неизбежная расплата, так лучше злое дело до конца не доводить.*

*Благое дело лучше совершить — о нем вам не придется сожалеть и сокрушаться.*

*Как приграничный город укреплен снаружи и внутри,  
так каждый должен быть на страже и бдительности ни на миг не ослаблять,  
а кто об этом забывает, пусть даже на мгновенье, в Нирайе на страданья обречен.*

*Кто стыд испытывает без причины и кто бесстыдно совершает зло,  
тем заблудившимся назначено страданье.*

*Кто страх испытывает без причины и кто опасности не видит,  
глядя ей в лицо, тем заблудившимся назначено страданье.*

*Кто зло находит там, где нет его, и зла не видит в том, что злом зовется,  
тем заблудившимся назначено страданье.*

*Кто знает зло как зло и благо — как благое, суждение их верно и радость ожидает их.*

Все учения подобного рода всегда допускают различные уровни понимания. При чисто внешнем, буквальном, подходе они выглядят в достаточной степени просто. Все моральные наставления говорят об одном и том же. Та же Нирайя, например, воспринимается некоторыми как некая разновидность ада, где человека ждет возмездие за содеянные грехи, но это понятие содержит и иной смысл. Нирайя — и в этом подлинный смысл понятия — это определенного рода особая для каждого человека атмосфера, которую он создает вокруг себя, если поступает наперекор — но не внешним моральным правилам или социальным установкам, а внутреннему закону своего существа, той заложенной в каждом истине, которая должна управлять всеми движениями сознания и всеми действиями тела. Внутренний же закон, истина существа, определяется Присутствием в каждом человеческом существе Божественного начала, которому предназначено быть владыкой и водителем нашей жизни.

Когда вы привыкнете внимать этому внутреннему закону, быть ему послушным, следовать ему, предоставлять ему возможность все больше и больше руководить вашей жизнью, тогда вы создадите вокруг себя атмосферу, исполненную истины, покоя, гармонии; естественным образом она будет взаимодействовать со всей окружающей обстановкой, обстоятельствами и уже, в свою очередь, формировать ту среду, в которой вы обитаете. Если вы живете по справедливости, по истине, если вы — существо гармоничное, наделены сочувствием и пониманием, если всю свою волю направляете исключительно ко благу, то чем искреннее и целостнее ваша внутренняя позиция, тем большее воздействие она оказывает на внешние обстоятельства — и не то, чтобы жизненные трудности от этого исчезали, но благодаря такой внутренней позиции они приобретают новый смысл, что позволяет по-иному и оценивать их, с новой силой и новой мудростью. И напротив, если вы покорно следуете своим побуждениям, отдаетесь желаниям, если вас мало смущают соображения нравственности, если вы в своей жизни доходите до полного цинизма и вам просто наплевать на то, чем может обернуться ваша жизнь для других, какие последствия для других могут иметь ваши действия, то вы облакаете себя атмосферой уродства, эгоизма, враждебности и зла, а такая атмосфера с неотвратимостью влияет на ваше сознание и наполняет вашу жизнь ожесточением, обращая ее в конце концов в непрестанную муку.



Разумеется, это не значит, что человек злой воли не будет преуспевать в своих начинаниях, что он не получит того, к чему стремится. Все эти внешние успехи исчезнут только в том случае, если в глубине своего существа, несмотря ни на что, он все еще хранит искру чистосердечия, которая и делает его достойным несчастья.

Если на ваших глазах дурной человек становится жалким и несчастным, вам следует немедленно проникнуться к нему уважением. Ведь это означает, что пламя внутренней искренности не совсем еще угасло в нем и что-то еще отзывается на совершаемые им дурные поступки.

В конечном итоге, все это лишний раз приводит нас к заключению, что никогда, ни в коем случае не следует судить по одной внешней видимости, что все суждения, основанные на чисто внешних обстоятельствах, — неизбежно суждения ложные.

Чтобы уловить что-то от Истины, нужно в своем сознании отступить хотя бы на шаг назад, чуть глубже погрузиться в себя и попытаться увидеть игру сил за внешней стороной вещей, а за игрой сил — Божественное Присутствие.

*25 июля 1958 г.*

## XXIII О слоне

*Как слон в бою боль от стрелы не замечает,  
так буду терпеливо оскорбления сносить от тех, кто сеет зло повсюду в этом мире.  
Для поля битвы нужен укрощенный слон; им правит сам раджа.  
Тот лучший из людей, кто терпеливо сносит оскорбление.  
И Синдха скакуны, и мулы превосходны, и боевые мощные слоны.  
Но лучше всех лишь тот, кто укротить себя сумеет.  
Верхом ли на слоне или на коне нельзя достичь того, что неизведанным зовется.  
Его достичь лишь можно самообузданьем. Лишь самообузданье к неизведанному нас приводит.  
Неуправляем Дханапалако<sup>1</sup>, могучий слон, когда весеннее переживает он буйство крови.  
На цепь посажен, он отвергает пищу, он хочет в джунглях диким быть слоном.  
Коль предан человек безделью и обжорству и постоянно в дреме пребывает,  
ворочаясь, как боров, с боку на бок в луже грязи, то суждены ему все новые и новые рожденья.  
Мой ум блуждал по прихоти своей, бывало, где нравилось ему;  
теперь я подчинил его себе, как подчиняет стеком погонщик впавшего в весеннее неистовство слона.  
Пусть ваша радость в бдительности будет, следите зорко за своим умом.  
Как слон себя из топи поднимает, так вы себя поднимете из скверны.  
Товарищ коли сыщется тебе разумный, живущий праведно и мудрый, и владеющий собой,  
что все препятствия преодолее, то радостно и смело с таким пускайся в путь.  
Но коли друг тебе не сыщется такой, что праведно живет и мудр, и владеть собой умеет,  
тогда иди один своим путем, как царь, покинувший им покоренный край, как одинокий слон бредет в лесу.  
Уж лучше оставаться одному, чем жить в компании с глупцом.  
Блажен, кто в одиночестве живет, забот не зная и зла другим не причиняя, как в джунглях слон.  
Благо — в трудный час с друзьями оказаться. Благо — быть довольным тем, что есть.  
Благо — к часу смерти с достоинством прийти. Благо — скорбь уметь оставить позади.  
В этом мире радость — уважать отца и мать. Радость — почитать монахов и Браминов<sup>2</sup>.  
Есть радость в том, чтоб праведно пройти по жизни.  
Есть радость в том, чтоб веру сохранить непоколебимой.  
Есть радость в том, чтоб мудрость обрести. Есть радость в том, чтоб зло не сотворять.*

В первом стихе — очень мудрый назидательный пример: хорошо обученный боевой слон не ударится в бегство, если в него попадет стрела. Он продолжает двигаться вперед, преодолевая боль и не прекращая героического сопротивления врагу. Те, кто хочет идти путем истины, естественно, будут подвергаться самым разным нападкам со стороны недоброжелателей, которые не только ничего не понимают, но и ненавидят то, что им непонятно.

Если вы будете обращать внимание на глупости, которые о вас будут говорить, то вы не далеко уйдете. С подобными вещами вы сталкиваетесь не потому, что неудачливы в жизни, не оттого, что вам выпал несчастливый жребий, а как раз по причине того, что божественное Сознание и божественная Милость всерьез восприняли ваше решение идти по пути самосовершенствования, так что с их соизволения обстоятельства, с которыми вы сталкиваетесь, становятся на вашем пути тем пробным камнем, с помощью которого выявляется искренность вашего решения и способность противостоять трудностям.

Отсюда следует, что если кто-то отпускает насмешки на ваш счет или говорит что-либо не слишком доброжелательное, первое, что нужно сделать — заглянуть в себя, чтобы определить, в чем та слабость или несовершенство в вас, которые дали повод для случившегося, и не нужно огорчаться, стыдиться, печалиться: ведь люди судят о вас совсем не по тому, что, по вашему убеждению, составляет подлинное ваше достоинство; наоборот, нужно благодарить божественную Милость за то, что вам было указано, в чем состоит та слабость или тот недостаток, или та уродливая черта в вас, которую нужно исправить.

Таким образом, вместо того чтобы переживать случившееся как несчастье, вы можете быть вполне довольны, вы можете извлечь пользу, большую пользу из того зла, какое вам хотели причинить.

Впрочем, если вы по-настоящему хотите двигаться по пути, заниматься йогой, то делать это следует не ради признания или почитания со стороны людей, а потому что в этом — потребность вашего существа и по-другому вы

<sup>1</sup>“Стерегающий сокровище”.

<sup>2</sup> Святой, мудрец.

счастливы быть не можете. И не имеет никакого значения, получите вы признание или нет. Вы можете заранее подготовить себя к тому, что, чем больше вы будете отличаться от уровня обычного человека, чем дальше вы будете от обычного уклада жизни, тем меньше признания вы получите, и это вполне естественно, ибо понимания среди людей вы не найдете. Но все это, повторяю, не имеет ровным счетом никакого значения.

Настоящая искренность заключается в том, что человек стремится вперед, потому что иначе он не может, не может не посвящать себя божественной жизни, не может не пытаться переделать себя и двигаться к Свету, потому что в этом весь смысл его жизни.

Когда у вас все складывается именно так, будьте уверены, что вы на правильном пути.

*1 августа 1958 г.*

## XXIV

### О вожделении

*Подобно ползучему стеблю Малувы, беспечным желаниям нету конца;  
из жизни в жизнь скитаются мятущиеся души, как обезьяны в поиске плодов.  
Кто в миру во власти вожделений пребывает, тот увидит, как скорби его возрастут,  
как растет трава Бирана в час после дождя.  
Кому в миру подвластно вожделенье, что так докучливо и трудно одолимо, тот увидит,  
как пройдут его печали, словно капли дождевые, что скатились с лотоса цветка.  
Всем собравшимся здесь вот мой добрый совет: вырви с корнем желанье, как траву вырывают Бирану.  
И Мара тогда не погубит тебя, как речной поток сокрушает тростник.  
Как срубленное дерево побеги вновь пускает от корней,  
так снова к нам печаль приходит, пока желание в нас живо.  
Заблудшего, кто противостоять не может всем тридцати шести потокам вожделенья,  
поток уносит жажды к наслажденьям.  
Все новые желанья порождая, потоки вожделения текут.  
Везде, где вожделение увидишь, рази его под корень мудростью своей.  
Не позволяй воображению стремиться к преходящим наслажденьям,  
сластолюбивых ждет рождение и смерть.  
Люди мечутся во власти вожделений, как зайцы мечутся в ловушке.  
Привязанностью скованы, как цепью, они терпеть страданья будут долго.  
Люди мечутся во власти вожделений, как зайцы мечутся в ловушке.  
Отбрось желание, о Бхикху, стремясь освободиться от страстей.  
Кто, покинув лес желаний, вновь спешит в него обратно,  
тот подобен человеку, что стремится глупо в рабство.  
Кто к жене своей и детям, к драгоценностям привязан,  
скован крепче, чем железом — мудрецы так говорят.  
Эти пути очень крепки и с себя их сбросить трудно,  
хоть и кажется, что можно очень просто их порвать.  
Мудрый их с себя снимает; он отринул вожделенья, удовольствий он не ищет,  
мудрый долю одинокую избрал.  
Все гонимые страстями увлекаются потоком своих собственных желаний,  
как паук в плену томится своей собственной сети.  
Мудрый сети разрывает, он отринул вожделенья, удовольствий он не ищет,  
мудрый долю одинокую избрал.  
Пусть не свяжут тебя узы тем, что было, будет, есть.  
Перебраться только нужно через реку этой жизни и ногою стать на берег, другой берег бытия;  
когда ум достиг свободы, нет возврата и не будет ни к рождению, ни к смерти.  
Кто гоним всегда страстями, злою мыслью разжигаем, ищет только наслаждений,  
непрестанно вожделенье в нем растет; сам себе он цепи крепкие кует.  
Кто находит наслажденье в подавлении злых мыслей, кто и бдителен,  
и зорек, чтобы скверну разглядеть, тот, воистину, положит вожделениям конец, разобьет он цепи Мары.  
Кто достиг конечной цели, кто уже не знает страха, вожделения и скверны,  
бытия шипы тот вырвал, и рождаться в этом мире перестанет он теперь.  
Отрешенный и бесстрастный, зная слова скрытый смысл и Писания постигший,  
он не будет вновь рождаться, и назвать его мы можем “Величайшим Мудрецом”.  
“Я все преодолел, я знаю все; я от всего отрекся, я независим и желаниям я чужд,  
все сам постиг — кого я назову учителем своим ?”  
Дар Истины превыше всех даров, всех благоуханий превыше — благоуханье Истины,  
а наслажденье в Истине — превыше наслаждений всех, желаний выше всех — свобода от желаний.  
Глупца богатство губит, но не того, кто к берегу другому бытия стремится.  
Себя и тех, кто с ним, глупец своим богатством губит.  
Сорняк губителен для поля; а страсть — погибель для людей.  
А посему свободное от страсти сердце дает обильный урожай.  
Сорняк губителен для поля; а ненависть — погибель для людей.*

*А посему свободное от ненависти сердце дает обильный урожай.  
Сорняк губителен для поля; а заблуждение — погибель для людей.  
А посему свободное от заблуждений сердце дает обильный урожай.  
Сорняк губителен для поля; а вожделение — погибель для людей.  
А посему свободное от вожделенья сердце дает обильный урожай.*

Последним мы и воспользуемся для медитации.

8 августа 1958 г.

## XXV О Бхикху

*Блажен, кто управляет зрением и слухом, и обонянием, и языком своим.  
Блажен, кто в действиях собою управляет, и в мыслях, и в словах.  
Блажен, кто может управлять собой во всем. Избавлен от страдания Бхикху, владеющий собой во всем.  
Владеющий руками и ногами, и языком, и полностью самим собой,  
кто наслаждается при самоуглублении и в мире пребывает, и живет уединенно, его мы Бхикху назовем.  
Бхикху, словом овладевший, скромный, сдержанный в речах,  
если он Учение толкует ясно, слово его сладостно, как мед.  
Если Бхикху Учением жив и находит в Учении радость,  
если он размышляет над ним, хорошо его знает, он тогда от него никогда не отступит.  
Не должен Бхикху с небреженьем относиться к тому, что в мудрости и добродетели сумел достичь,  
не следует ему завидовать и знанию других; не сможет в себя углубиться снедаемый завистью Бхикху.  
Пусть Бхикху и немногого достиг, достигнутого пусть не презирает;  
коль жизнь его чиста и неуклонна воля, он похвалы самих богов достоин будет.  
Кто не привязан к имени и форме и слова “мой” не знает, кого отсутствие вещей не огорчает,  
воистину, того мы Бхикху назовем.  
Проникнутый любовью Бхикху, в Ученье Просветленного он веры преисполнен,  
тот Бхикху, без сомнения, постигнет мир  
Нирваны, блаженство высшее, где места нет условностям земным.  
Корабль тела своего от бремени освободи, о Бхикху;  
он легким станет, когда ты за борт свои желания и злобу сбросишь, и тогда Нирваны ты достигнешь.  
Пять пут разорви: веру в эго, сомнение, веру в пустую обрядность, злую волю свою и свое вожделье.  
Отвергни другие пять пут: стремление жить в мире форм,  
в мире тонком, свободном от форм неизменных, гордыню, невежество и беспокойство.  
В себе воспитай же пять качеств других: энергию, веру и бдительность, собранность мысли и мудрость.  
Так, пятикратно свободный, зовется тот Бхикху “поток одолевшим”.  
Мыслью в себя углубитесь, о Бхикху, бойтесь в себе небреженья.  
Ум свой от органов чувств отведите, чтобы потом не кричать “О, как больно!”,  
если в беспечности вдруг проглотили металл раскаленный.  
В ком знания нет, тот в себя погрузиться не может; без собранной мысли не может и знания быть.  
Тот близок к Нирване, в ком собранность мысли и знание есть.  
Нирваны пустоту познавший Бхикху и разум усмиривший свой,  
изведал нелюдскую радость, узрев Учения свет ясный.  
Бессмертных он наслаждение и счастье разделяет всякий раз,  
как мысль его круговорот и смену каждой вещи преходящей в этом мире созерцает.  
Четыре вещи положил в основу жизни мудрый Бхикху:  
над чувствами своими власть и удовлетворенность,  
и соблюдение положенных Ученьем правил, и благородная компания друзей,  
чей образ жизни неизменно чист.  
Да будет Бхикху добр, радушен и учтив;  
тогда от сердца радостного полноты положит он конец страданью.  
И как жасмин увядшие цветы роняет, так и Бхикху отбросит ненависть и вожделье.  
Спокойного в поступках и в речах, и в разуме своем отвергнувшего всяк мирской соблазн —  
такого Бхикху “безмятежным” назовем.  
И бдительный, и пробужденный, себе пусть будет Бхикху неусыпный страж и попечитель,  
и жить он будет счастливо.  
Воистину, сам человек — себе защита и приют.  
Умей же управлять собою, как торговец — скакуном породы чистой.  
Исполненный радостной веры в Учение Будды,  
Бхикху мира совершенного достигнет, прекращения рождений на земле.  
И Бхикху, юный, преданный Учению Будды, мир озаряет, как луна, что вышла из-за туч.*

Здесь есть, среди всего прочего, совет всегда быть благожелательным. Не нужно усматривать в нем один из тех избитых советов, какие обыкновенно дают друг другу люди. Здесь все гораздо интереснее — поясню — “Будь всегда



доброжелательным, и ты избавишься от страданий, будь всегда доволен и счастлив, и сам начнешь источать вокруг себя это тихое счастье”.

Замечательно то обстоятельство, что деятельность органов пищеварения крайне болезненно реагирует на проявления дурного расположения духа, как внутренние — склонность во всем выискивать недостатки, недоброжелательность, желчность, так и внешние — злоязычие, например. Ничто так не расстраивает пищеварительные функции, как подобные проявления, и здесь получается порочный круг: чем сильнее расстройство пищеварительной системы, тем более в человеке недоброжелательности, скептицизма, недовольства жизнью, людьми, обстоятельствами. Есть определенная безысходность в таком положении. И против него только одно лекарство: решительно порвать с такими настроениями, полностью запретить себе поддаваться им, и, постоянно следя за собой, придерживаться всепонимающего благожелательного отношения ко всему и ко всем. Попробуйте жить по этому правилу и увидите, что вам станет лучше.

*22 августа 1958 г.*

## XXVI О Брамине

*Усилья прилагай, Брамин! Останови поток желаний и наслаждения отринь.  
Узнав, как уничтожить корни бытия, Несотворенное постигнешь.  
Когда Брамин к вершине двух путей восходит,  
к средоточению и углублению в себя, с него спадают пути все и Знание он получает.  
Кто видит мир в единстве, противоречья примилив,  
кто непривязан и без страха, того Брамином назову.  
Кто предан самоуглубленью, свободен от нечистоты, кто безупречен и исполнен чувства долга,  
кто высшей цели смог достичь, такого почитаю я Брамином.  
Днем солнце сияет, ночью — светит луна. Сияет доспехами воин. Брамин озарен в созерцании.  
И день и ночь, не прекращая, свет излучает Будда.  
Брамин известен тем, что зло отринул. Монах известен самодисциплиной.  
Аскет известен тем, что победил в себе нечистоту.  
Ударить Брамина нельзя, но и Брамин ударом на удар не отвечает.  
Позор тому, ударит кто Брамина. Позор Брамину, если на удар ответит.  
Нет лучше для Брамина ничего, чем отстранить свой ум от удовольствий жизни;  
и, поборов в себе дурные устремленья, он облегчит страдания свои.  
Кто зла не сотворит ни в действии, ни в слове и ни в мысли, того Брамином почитаю я.  
И, как Брамин огонь священный чтит, должны вы уважать и почитать того,  
кто преподаст Ученье Будды вам, кто бни был он.  
Ни волос убранство, ни предки, ни знатное происхождение вам не помогут стать Брамином.  
В ком истина жива и справедливость, кто чист, воистину тот и Брамин.  
Что толку в убранстве волос, о глупец, и в шкуре антилопы на плечах!  
В тебе бурлят неистовые страсти, и чистота твоя — всего лишь видимость одна.  
Он в рубище одет и истощен, от худобы видны все вены,  
в лесу он предан самоуглублению один — такого называю я Брамином.  
Того не назову Брамином, кто, будь из рода он Браминов или от матери Браминки он рожден,  
но сам надменен и богат. Того считаю я Брамином, кто ни богатства, ни привязанностей не имеет.  
Того считаю я Брамином, кто пути все порвал, в ком страха больше нет,  
кто стал привязанностей выше, кто сам себя освободил.  
Кто постепенно разорвал стальные обручи ума, привязанности сбросил вервья,  
разбил сомнения оковы и цепь наклонностей дурных, невежества кто сбросил иго,  
кто просветлен, того считаю я Брамином.  
Кто сносит осуждение беззлобно, удары и мучения и кто воистину силен долготерпением своим,  
такого почитаю я Брамином.  
Кто гневу чужд и предан вере, и добродетелен, и все желанья победил, постиг,  
как управлять собой, и на земле живет в своем последнем воплощеньи, такого называю я Брамином.  
Кто не привязан к удовольствиям, что доставляют чувства,  
как капля влаги — к лотоса цветку или зерно горчичное — к иголки острою, такого почитаю я Брамином.  
Кто в этой жизни перестал страдать, кто бремя тяжкое сложил,  
ярмо привязанностей сбросил, такого почитаю я Брамином.  
Кто мудр и в суть вещей способен проникать,  
кто доброе и злое различать умеет и цели высшей кто достиг, такого почитаю я Брамином.  
Кто общества мирян не ищет и монахов и нет кому нужды в домашнем очаге,  
и кто довольствоваться может малым, такого почитаю я Брамином.  
Кто вред живым созданиям не наносит ни большим, ни малым,  
не убивает сам и убивать других не понуждает, такого почитаю я Брамином.  
Приветливый среди враждебных, спокойный среди буйных,  
среди корыстных бескорыстный — такого почитаю я Брамином.  
С кого и сластолюбие, и ненависть, и гордость,  
и ложь слетели, как горчичное зерно слетает с острия иглы, такого почитаю я Брамином.  
Чья речь нежна и поучительна, правдива, не обижает никого, такого почитаю я Брамином.  
Кто в этом мире не возьмет чужого, помимо подаянья, будь оно малым иль большим,*

коротким иль длинным, хорошим иль дурным, такого почитаю я Брамином.  
 Кто не стремится ни к чему ни в этом мире,  
 ни в миру ином и все желанья кто оставил и достиг свободы, такого почитаю я Брамином.  
 В ком нет желаний больше, кто совершенства в знании достиг,  
 кто всякое сомнение отбросил и кто бессмертия изведal глубину, такого почитаю я Брамином.  
 Кто в этом мире связи все добра и зла разрушил, кто беспечален, безупречен, чист,  
 такого почитаю я Брамином.  
 В ком ни пятна, как на луне, ни тени, кто светел, чист и безмятежен, в ком жажда наслаждений умерла,  
 такого почитаю я Брамином.  
 Кто смог преодолеть круговорот перерождений и этот топкий грязный путь, тернистую стезю,  
 другого берега сумел достичь, кто в самоуглубленье погружен,  
 лишен желаний, сомненья победили и не привязан ни к чему, исполненный покоя, такого почитаю я Брамином.  
 В ком сластолюбие угасло, кто отказался от радостей мирских,  
 оставил кров свой, чтобы жить скитальцем, такого почитаю я Брамином.  
 В ком вожделье всякое мертво, кто отказался от радостей мирских,  
 оставил кров свой, отринул жажду воплощений, такого почитаю я Брамином.  
 Кто связи все отринул с этим миром и выше связей стал небесных,  
 кто все привязанности превозмог, такого почитаю я Брамином.  
 Кто равно безучастен к приятному и неприятному, свободен от связей всех и пут,  
 кто все миры постиг, подвижника такого почитаю я Брамином.  
 Кто знает в совершенстве все о рождении и смерти всех существ и кто ничем не связан,  
 тот блажен, тот просветлен, такого почитаю я Брамином.  
 Удел грядущий чей неведом ни богам, ни смертным, желаний кто лишен,  
 от скверны чист, кто стал архатом, такого почитаю я Брамином.  
 Кто не владеет уж ничем, ни тем, что было, будет или есть,  
 кто больше уж ничем не связан с миром, такого почитаю я Брамином.  
 Кто Благороден, Совершенен, кто Герой, Мудрец великий,  
 Победитель, Бесстрастный, Чистый, Просветленный — такого почитаю я Брамином.  
 Кто знает жизни прошлые свои, пред кем открыты небеса и преисподня и кто чреду своих рождений  
 завершил и видит все насквозь, и мудрости исполнен совершенной, такого почитаю я Брамином.

Так завершается Дхаммапада. И если, используя образ самой Дхаммапады, нам удалось на деле осуществить малую толику, хотя бы с горчичное зерно из того, что там написано, тогда мы не напрасно потратили время.

Но об одном Дхаммапада умалчивает: высшее беспристрастие и высшая свобода являются естественным результатом работы по самосовершенствованию, духовного прогресса, целью которого является не освобождение в Нирване, как сказано здесь, и не какая-то конкретная цель или результат — он может быть каким угодно; дело в том, что духовный прогресс это есть основной закон и смысл земной жизни, это истина бытия Вселенной, и если вы приводите свою жизнь в соответствие с этой истиной, то естественным образом достигаете высшей духовной реализации со всеми вытекающими последствиями.

Глубокая вера в божественную Милость, полная преданность божественной Истине, полное самопосвящение божественному Провидению — все это заставляет вас делать то, что надлежит делать, не заботясь ни о каких результатах; это и есть совершенное освобождение.

Это и есть настоящее уничтожение страдания, когда сознание исполняется непреходящей радости, и дивные чудеса открываются вам на каждом шагу.

Мы благодарны Будде за его вклад в духовный прогресс человечества, и, как я говорила в самом начале, будем стараться на деле осуществить хотя бы немного из всех тех прекрасных советов, которые он дает нам; цель же и плоды наших усилий предоставим определять превосходящей всякое разумение высшей Мудрости.

5 сентября 1958 г.