

УДК 636.7:24
ББК 46.73+86.35
Х35

Gary Heads
THE CAT WITH ONE LIFE LEFT —
THE ENLIGHTENED SPANIEL Book #2

© 2020 Gary Heads

This edition is published by arrangement with Johnson & Alcock Ltd.
and The Van Lear Agency

Хедс, Гэри.

Х35 Кошка, у которой осталась одна жизнь / Гэри Хедс ;
[перевод с английского Т. О. Новиковой]. — Москва :
Эксмо, 2023. — 176 с. : ил. — (Трилогия о спаниелях,
которые постигают древнюю мудрость).

ISBN 978-5-04-177608-4

Веселый и мудрый роман о важности мгновения.

Гэри Хедс, основатель ведущей в Великобритании организации по осознанности, написал трилогию о собаках, постигающих мудрость Будды. Простым языком и с юмором он объясняет основополагающие для буддизма концепции и знакомит читателя с различными практиками медитации.

Во второй части Гэри Хедс предлагает расширить знания и сконцентрироваться на концепции непостоянства вместе с двумя спрингер-спаниелями и котом Амарой. Какой секрет хранит кот, у которого осталась последняя жизнь, и почему без его раскрытия никто не сможет помочь Амаре, читайте во второй части популярных во всем мире романов про стремящихся к просветлению животных.

УДК 636.7:24
ББК 46.73+86.35

ISBN 978-5-04-177608-4

© Новикова Т.О., перевод
на русский язык, 2023
© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2023

Три явления нельзя скрывать долго: Солнце, Луну и истину.

Не живи прошлым, не мечтай о будущем, сосредоточь ум на настоящем. Все, что мы есть, — это результат наших мыслей. Мы — то, что мы думаем. Все, что мы есть, рождается из наших мыслей.

Мыслями мы создаем мир. Ум — это все.

Ты становишься тем, о чем думаешь.

Ты, именно ты, так же, как и все во вселенной, заслуживаешь своей любви и заботы. Нас формируют мысли. Мы становимся тем, о чем думаем. Когда ум чист, радость следует за нами, как тень, которая никогда не покидает нас.

Здоровье — величайший дар, довольство — величайшее богатство, верность — лучшие отношения. Покой протекает изнутри. Не ищи его вовне.

Тысячи свечей можно зажечь от одной свечи, и время ее горения от этого не сократится. Счастья не становится меньше, когда им делишься.

БУДДА



*Посвящается моим внукам —
Келси, Кейду, Эмили и Эшеру*



СОДЕРЖАНИЕ

Путь к просветлению год спустя

9

Неожиданный гость

23

Непостоянство – история
шатающегося зуба

33

Крохотными шажками вдоль реки

46

Феномен по имени Джессика

57

Кошачья группа медитации
взбунтовалась

69

Мой монастырь больше твоего

77

Поездка за город — тревога в
отпуске

85

Следы Будды, подозрительные умы и
молитвенные флажки на ветру
103

Блуждающий ум
и тень страха
112

Действительно ли у кошек девять
жизней? Несчастный случай с
рыжим котом
122

Теория книжного шкафа
134

Истина открылась
144

Уход
159

Посвящается памяти Чарли
171

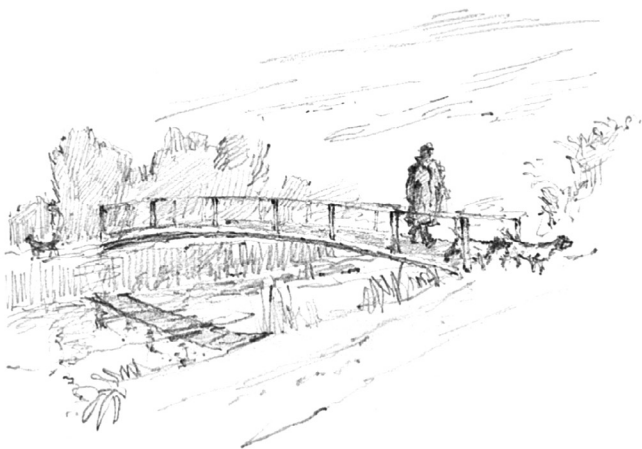
1

Путь к просветлению год спустя

*Время. Как лепесток на ветру плавно пролетает мимо.
Пока завершаются старые жизни, зарождаются новые.*

*Непрерывная цепь, которая длится вечность. Каждая
жизнь — лишь мгновение, но каждая одинаково значима.*

Синди Чени



Мы перешли мост и сломя голову понеслись вверх по ступенькам тенистой дорожки.

ПРОШЕЛ РОВНО ГОД с того дня, когда сестра приняла эпохальное решение посвятить свою жизнь спаниеля следованию учению Будды, как летит время! Само собой, все мы стали на год старше. Кроме книжного шкафа. Его, похоже, течение времени вовсе не заботило. Нам он всегда казался неизменным. Иногда он покрывался пылью, порой мама меняла на нем украшения. Но он по-прежнему оставался источником знаний и щедро делился ими на нашем пути к просветлению. Мы бы не удивились, если бы он остался последним в конце времен (а предпоследним наверняка окажется курьер с Amazon).

Весь год мы преданно следовали учению Будды и старались применять его наставления. Нашим любимым местом для размышлений оставалась бамбуковая рощица в саду около дома. Но бамбук вырос. Теперь он не только давал тень, но и защищал от дождя. Статуя Будды, которую папа установил в рощице, тоже изменилась. За год она поросла роскошным зеленым мхом. Мы считаем, что это придало Будде довольно благородный вид. Эта статуя привлекает множество мелких птичек, которые с восторгом по очереди садятся ей на голову. Похоже, присутствие пернатых не тревожит Будду.

Книжный шкаф изучал труды по карме и перерождению, но так и не добился особого прогресса, поскольку все еще сомневался в словах сестры, считавшей себя перерождением собаки Будды, которую звали Истинное Отвлечение. Это не поколебало уверенности сестрицы, и она заявила книжному шкафу, что некоторые факты не требуют подтверждений. А это не остановило книжный шкаф, увидев перед собой задачу, он не мог успокоиться, пока не находил ее решения. Что бы ни говорила сестрица, мы знали: она мечтает получить официальное подтверждение с печатью.

Что касается кошачьей группы медитации, то ее участники не сомневались, что у сестрицы есть прямая связь с Буддой. Они внимают каждому ее слову и зани-

маются медитацией так серьезно, словно от этого зависит их жизнь. В прошлом году под руководством сестрицы они из банды уличных хулиганов превратились в настоящую сангху^{*}. Хотя все коты в группе равны, рыжий соседский кот настоял на том, что будет помощником сестрицы. Не уверена, что он справляется с такой ответственной должностью. Лишь вчера сестра говорила, что если бы он прилагал больше усилий, то смог бы достичь более высокого уровня медитации. Теперь он начал медитировать на капотах машин. Пожалуй, он не самый сообразительный в мохнатой группе.

В прошлом году мы отдыхали в Шотландии (практика молчания), и там на сестрицу снизошло озарение. С тех пор она стала совсем другой. Мы много времени проводили на природе, и это изменило нас. Теперь у нас есть собственный загородный дом в центре Нортумберленда. Купили-то его мама с папой, но, как всем известно, он принадлежит спрингер-спаниелям. Теперь мы можем уединяться в тишине, когда нам захочется, и совершать долгие прогулки на природе. Хорошая у нас карма! Возле нашего нового дома есть даже развалины старинного замка — буквально за углом! Из окон и на крыше растут деревья. В лунном свете замок отбрасывает устрашающую тень во время наших ночных прогулок.

Порой мы чувствуем угрызения совести, оставляя книжный шкаф дома, ведь ему точно понравилось бы здесь. Но он уверяет, что все в порядке, он читает про Бенджамина Франклина, который в 1731 году создал Библиотечную компанию. Сестрица надеется, что ему без нас не одиноко.

Прошлогодний неожиданный визит в буддийский монастырь пока не повторялся. Тогда сестра решила пробраться в зал Дхаммы^{**} и присоединиться к вечер-

^{*} Буддийская община. — *Здесь и далее — прим. ред.*

^{**} Помещение в монастыре для выполнения практик. Дхамма (пали) — то же, что и Дхарма (санскр.).

ней пудже*, именно тогда она твердо решила следовать наставлениям Будды. Нам очень хотелось бы вернуться в это чудесное место, помедитировать и почитать молитвы с монахами и другими участниками. Блуждающему уму все это тоже очень понравилось, особенно тот момент, когда он слился с сестрой в молитве. Я тот день пропустила, потому что прикрывала ее побег. Я так умело отвлекала внимание, что сестра ускользнула незамеченной. Милая леди, которая присматривала за нами, ничего не заподозрила (благодаря моей хитрости). В следующий раз все будет по-другому. Мы не знаем, когда папа решит снова взять нас в монастырь, но это обязательно случится. Пока этот судьбоносный день не настанет, мы просто будем заниматься своими делами. Правда, иногда мы начинаем вертеться в предвкушении этого события.

Мне доверили продолжить историю. Видимо, в прошлый раз я хорошо справилась. Или просто никто не захотел браться за эту работу. Итак, мы начинаем...



* Ритуал почитания божества или наставника.

О НАСТУПЛЕНИИ НОВОГО ДНЯ, как обычно, оповестил щелчок системы центрального отопления. Или, как ее называет сестра, система активации спрингер-спаниелей. Она очень чутко воспринимает звуки. Когда мы едем на машине, она ориентируется по щелчкам индикаторов. По частоте их включения она точно может сказать, куда мы направляемся. Она предложила научить и меня, но я еще не прошла этап пыхтения и фырканья, поэтому вежливо отказалась. Вскоре ожили радиаторы. Семь утра. Дом окутало приятное тепло. Выглянув из окна, я увидела, как солнце поднимается над деревьями, растущими за оградой нашего сада. Ограду можно было назвать произведением искусства; если бы она стояла в художественной галерее, то называлась бы «Незавершенное дело». Я не о папином таланте маляра, а о том, что терпения ему хватило лишь на малую часть ограды.

Сестра считает, что так и задумано, а мне кажется, папе просто нужно съездить в хозяйственный магазин. Местные коты давно облюбовали нашу ограду — они любят по ней ходить, осматривая свои владения. Они думают, что выглядят круто, но на самом деле напоминают Джона Сильвера из «Острова сокровищ», у которого две ноги на оgrade, а две под оградой. Зато белки скачут по оgrade без малейшего труда — очень ловкие существа!

Лучи восходящего солнца, пробиваясь сквозь бамбуковую рощицу, создавали причудливые узоры на статуе Будды. Мы решили, что творческое начало природы сделало наше место для размышлений удивительно красивым. Солнце поднималось, заливая светом сад и дом, и в гостиной стало заметно светлее. словно мама прошла по комнате с желтой метелкой для пыли и полиролью, только гораздо быстрее. Мама убирается неспешно, ее вечно отвлекают сообщения, а потом она забывает, чем занималась. Порой она находит метелку для пыли и полироль, обнявшимися на обеденном столе, и не понима-

ет, откуда они там взялись. Часто на верхней ступеньке лестницы стоит пылесос, не догадываясь, как и зачем он здесь оказался.

Лучи солнца добрались до книжного шкафа, и он проснулся. Он сонно перевернул чистую страницу, приветствуя новый день. Пока из всех обитателей дома проснулась лишь я, и этот спектакль разыгрывался только для меня. Правда, сестрица приоткрыла один глаз, когда сработала система отопления. Вот почему я люблю спать внизу, на кресле-качалке в кухне — каждое утро я наблюдаю, как природа встречает новый день. Иногда солнцем, иногда ветром с дождем, а когда мне особенно везет — пышными хлопьями снега. Те, кто живет наверху, еще дремлют и пропускают все самое интересное — опаздывают на корабль. Кстати, это метафора. Должна поблагодарить за нее книжный шкаф: это он научил меня пользоваться такими приемами. Впрочем, мой громкий вой с требованием завтрака быстро разбудит весь дом. Принимаю ставки на то, кто первым спустится на кухню.

После завтрака пришло время обсудить очередное наставление Будды. Этот прекрасный ритуал повторялся ежедневно с тех пор, как сестрица вернулась из буддийского монастыря. Тему обычно определял книжный шкаф, и сегодняшний день не стал исключением. Руководствуясь мудростью, он выбрал непостоянство. Сестрица сомневалась: едва ли мы сможем углубиться в столь важную тему, даже если посвятим обсуждению целую неделю. Но книжный шкаф невозмутимо просматривал свою с каждым днем растущую коллекцию изречений Будды. Он сделал выбор, и мы приступили к изучению. Книжный шкаф прочел:

Будда учил, что все составное непостоянно. Все, что может быть разделено на части, непостоянно. Другими словами, непостоянно все.



Повисла длинная пауза — мы погрузились в размышления (а может быть, были потрясены). Через некоторое время сестрица кивнула книжному шкафу, показывая, что удовлетворена его заключениями. Все непостоянно, включая нас.

Прежде чем книжный шкаф продолжил исследование непостоянства, я схватила свою подстилку и немного лакомств. Может быть, я и непостоянна, но зато мне будет тепло и вкусно. После короткого перерыва книжный шкаф скрипуче продолжил.

В первой проповеди после просветления Будда сказал, что жизнь — это дуккха.

Какое странное слово! Еще одно из слов на пали, которые так часто нам встречаются. Многие слова книжный шкаф переводил с помощью папиного самоучителя. Поскольку на пали говорили во времена Будды, книжному шкафу придется разобрать еще немало слов. Перевести этот термин оказалось нелегко — точного определения нет. Среди значений слова «дуккха» — стресс, неудовлетворенность, страдание. Совершенно ясно, что большинство людей считает себя постоянными, а не непостоянными, а следовательно, отделенными от всего остального. Будда говорил, что такие люди не осознают истинной природы реальности. Уверена: он говорил об этом очень мило. Я же должна сказать, что тема для обсуждения, выбранная книжным шкафом, не вызывает смеха. И все же я нашла время повеселиться. Сестра постучала лапой по полу и с осуждением посмотрела на меня. Разбор темы продолжился. Очевидно, что неведение — первое из трех ядов, а два других — желание и гнев. Это интересно — я всегда считала, что три яда — это шоколад, изюм и чеснок. Книжный шкаф продолжил

читать книгу Будды. Он сообщил: привязанность к объектам и желание, чтобы они всегда были с нами, погружают в печаль и депрессию. Я знала, о чем он говорит: припасенные лакомства уже закончились.

Эта мудрость показывает: вера в то, что мы отделены от всего сущего — иллюзия. Уверенность в том, что объекты постоянны, — заблуждение, а ключ к счастью — осознание непостоянства. Благородный восьмеричный путь может открыть нам истину и освободить от трех ядов.

Так закончилось сегодняшнее обсуждение. Мы вместе с сестрицей поразмышляем над этой темой под бамбуком. Я часто интересуюсь ее мнением, вдруг упустила что-то важное. Она хорошо разбирается в наставлениях Будды и обладает безграничным терпением святой. Поэтому я и прошу ее объяснять мне что-то снова и снова. Книжный шкаф всегда рад перечитать наставления Будды, но только сестра умеет объяснять сложное простыми словами.

На пути к просветлению сестра научила меня жить здесь и сейчас. Она часто напоминает: тревожиться из-за прошлого или пытаться предсказывать будущее — пустая трата моей энергии спаниеля. Значение имеет только настоящий момент. Впитав эту мудрость своими лохматыми ушами, для размышлений я направилась в сад. У нас большой сад — идеальное место для размышлений о чудесах природы (или, если необходимо, для того чтобы выплеснуть энергию). Сад выходит прямо в лес, поэтому никогда не знаешь, кто из лесных обитателей может к нам заглянуть. Но сегодня все было тихо, лишь на ограде рядышком сидели два лесных голубя. Чтобы остаться незамеченной, я проскользнула между кустами, заняла удобное место под бамбуком и стала наблюдать за пернатыми. Я помнила об осознан-



ности начинающего: нужно смотреть на все, словно видишь это впервые. Настоятельно рекомендую этот метод. Я много раз убеждалась: все не так, как кажется на первый взгляд.

Я сразу заметила, что лесные голуби — крупные птицы. Настолько крупные, что удивительно, как им вообще удастся летать! Мне нравилось, как они выпячивают грудь, чтобы казаться еще больше. Я продолжала наблюдения, когда вдруг блуждающий ум дал о себе знать. Он очень вежливо спросил, можно ли присоединиться к медитации на лесных голубей. Почему бы и нет — он все равно присоединится. Я снова сконцентрировалась и призвала любознательность, прежде чем перешла к изучению цветных перьев вихарей *Columba palumbus* (так их называют ученые). Должна сказать, при ближайшем рассмотрении птицы оказались очень интересными. Я с головой ушла в изучение их перьев, как вдруг один из голубей издал странный воркующий звук. Другой ответил. Я и опомниться не успела, как голуби принялись болтать друг с другом.

Когда в уме появляется блуждание, нужно внимательно следить за объектом, чтобы не отвлекаться. Оно так преуспело в этом, что создает отвлечений больше, чем дорожные рабочие. Стоит только отвлечься, как начинаешь заниматься глупостями. Сегодня был классический пример. Все началось с пустяка. Блуждающий ум заявил, что лесные голуби похожи на два больших самолета, которые раздумывают, хватит ли им топлива для взлета. Возникший мысленный образ сразу же вызвал взрыв неконтролируемого смеха. Пока делаю круг по саду, ловлю себя на том, что хочу проверить авиационную теорию, и спугиваю птиц с ограды.

Инстинктивно они опускаются прямо в сад и несколько раз подпрыгивают на газоне. Лапки у них короткие, и для разгона нужно сделать уйму шажков. Набрав нужный темп, они постепенно начали подниматься, а потом исчезли в бескрайнем синем небе. Блуждающий ум даже говорить не мог от хохота, а я терзалась чувством вины. С поникшей головой я проскользнула в кухню, благодаря судьбу за то, что сестра за мной не наблюдала (по крайней мере, я надеялась на это). Блуждающий ум ничуть не раскаивался, продолжая представлять голубей как два больших самолета, пассажирам которых приходится требовать промежуточных посадок, чтобы запастись чистым бельем. Больше года сестрица ежедневно учила меня медитации. Она говорила: «Внимательность — это хранитель врат ума». Проблема в том, что я вечно теряю ключ от этих врат.

После медитативной практики сестры настало время прогулки с папой. Там, где мы живем, гулять можно везде, но по рабочим дням мы обычно идем вдоль реки и поднимаемся по тенистой дорожке. Нас это устраивает: мы любим такие прогулки. Там всегда можно встретить друзей — и людей, и собак. Любая прогулка — это или подъем на большой холм, или спуск. Мама любит давать прозвища (и людям, и неодушевленным предметам), поэтому мы спускаемся с Кардио-холма и поднимаемся