

УДК 24
ББК 86.35
Л47

Издание выходит при технической поддержке ООО «Издательство «Ориенталия»

Леонтьева, Елена.

Л47 Путьодитель по буддизму : иллюстрированная энциклопедия / Елена Леонтьева. — Москва : Эксмо, 2024. — 256 с.: ил. — (Восточные религии и философия).

ISBN 978-5-04-205217-0

Эта книга — новейший проводник в мир буддизма, идеальный как для знакомства с учением Будды, так и для углубления знаний о нем. В доступной и увлекательной форме она рассказывает об основных принципах буддизма, истории его распространения и трансформации в разных культурах, включает истории из жизни Будды и других великих учителей, как древних, так и современных, их стихи и поучения. Здесь вы найдете разъяснения буддийских символов, редкие факты, цитаты и многое другое. Издание украшают более 250 иллюстраций: фотографии буддийских учителей, произведений искусства, знаковых для буддизма мест, географические карты.

Автор книги — буддолог, кандидат исторических наук Елена Леонтьева. Книга уже зарекомендовала себя как прекрасное учебное пособие для школьников и студентов, изучающих буддийскую культуру и философию.

УДК 24
ББК 86.35

ISBN 978-5-04-205217-0

© Леонтьева Е., текст, 2012
© Жуковская Н., предисловие, 2012
© Оформление. ООО «Издательство «Ориенталия», 2012
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2024

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	9
Буддизм как мировоззрение	11
Религия без бога	13
Буддизм и свобода	16
Буддизм и отказ от насилия	18
Будда и ум	21
Как выглядел Будда?	22
Возникновение буддизма	25
Легенда о Сиддхартхе	27
45 лет обучения людей	33
Общий обзор буддизма	41
Три уровня учения	43
Теория	44
Медитация	46
Шаматха	47
Випашьяна	49
Образ жизни	50
Цель	53
Хинаяна	54
Теоретическая основа Хинаяны	54
Медитации Хинаяны	61
Образ жизни в Хинаяне	63
Цель Хинаяны	65

Махаяна	66
Теоретическая основа Махаяны	66
Медитации Махаяны	70
Образ жизни в Махаяне	71
Цель Махаяны	75
Ваджраяна	76
Теоретическая основа Ваджраяны	80
Медитации Ваджраяны	80
Образ жизни в Ваджраяне	83
Цель Ваджраяны	84
РАСПРОСТРАНЕНИЕ БУДДИЗМА	87
Первый буддийский собор	89
Буддийские школы Хинаяны	90
Палийский канон	92
История царя Ашоки	94
Распространение Махаяны	101
Распространение Алмазного пути	113
Приход буддизма в Тибет	119
ВАЖНЕЙШИЕ ПОУЧЕНИЯ БУДДЫ	133
Закон причины и следствия	136
Карма, судьба и случайность	138
Как оценить свои действия	140
Прибежище	143
Будда	144
Дхарма	144
Сангха	144
Лама	144
Эго и его иллюзорность	146
Перерождение	148
Смерть	151
Круговорот жизни	154
Мир как сон	157
Обет Бодхисаттвы и Просветленный настрой	163
Шесть освобождающих действий	165
Две завесы ума	170
Освобождение и Просветление	173
Работа с мешающими эмоциями	175

Учитель и ученик	180
Чистое видение	183
Любовь и взаимоотношения в буддизме	187
Буддизм в современном мире	191
Восток	193
Запад	198
Наука и буддизм	204
Буддизм в России	211
Бохайское царство	213
Калмыки, буряты и тувинцы	215
Буддизм, буддология и культура до революции	219
Советский период	223
Современная буддийская Россия	225
Феномен Хамбо Ламы Итигэлова	228
Буддийские символы и обряды	231
Статуи и тханки	233
Ступы	235
Праздники	240
Важнейшие буддийские символы	243
Восемь знаков удачи	243
Благодарности	246
Об авторе	247
Указатель имен	248
Литература	251



Предисловие



Вас интересует буддизм? И вы ничего о нем не знаете, но хотите узнать? Тогда эта энциклопедия для вас. В ней в простой и ясной форме рассказывается, когда и где появился буддизм, как он начинался и каким стал за те 25 веков, что прошли с того времени, когда его основатель принц Сиддхартха, сын одного из правителей маленького государства в Северной Индии, обрел Про-


светление, стал Буддой, понял, во имя чего и как надо жить, и начал учить этому всех, кто хотел его не только слушать, но и готов был услышать, а главное — понять, к чему надо стремиться и какой путь ведет к конечной цели.

Цель одна — самим стать Буддой. Пути и методы ее достижения разные, простые и сложные, долгие, рассчитанные на многие жизни, и краткие — длиной всего лишь в одну жизнь. Они потому разные, что люди все разные и возможности у них тоже разные. Прочтя эту книгу, вы узнаете, каковы эти пути и что это за методы. Возможно, они вас заинтересуют и вы захотите узнать о них больше — для этого в конце книги приложен список литературы, из него вы можете выбрать то, что вам более всего подходит.

В книге много полезной информации по истории буддизма — как и когда он появился в разных странах Востока и Запада, в том числе в России, что такое российский буддизм, какие школы и направления в нем представлены, какие народы нашей страны считают себя буддистами, как сложилась его судьба в советское время и что происходит в нем сейчас.

Одним словом, эта книга для всех — и просто любознательных, желающих побольше узнать о мире, в котором мы живем, и для тех, кто ищет в этом мире самого себя и смысл — для чего жить, как жить и к чему следует или не следует стремиться. Пусть она поможет каждому в его поиске!

*Наталья Жуковская,
доктор исторических наук, профессор*

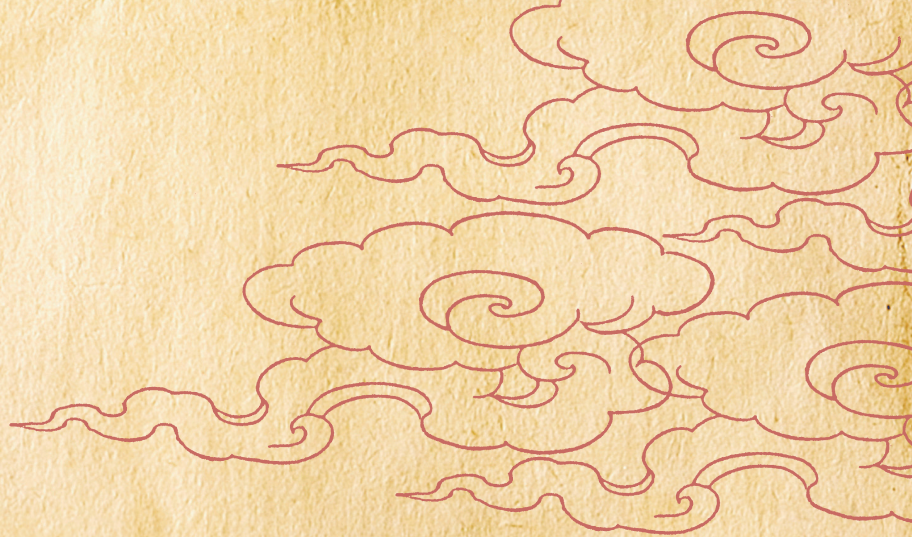


*..Дхарма, или Учение Будды, —
это 84 тысячи поучений,
помогающих найти путь от страдания
к Освобождению и Просветлению,
постижению истинной
реальности*

Буддизм
как мировоззрение







РЕЛИГИЯ БЕЗ БОГА

Буддизм — древнейшая из трех мировых религий. Он примерно на пятьсот лет старше христианства. Сегодня каждый седьмой человек на Земле считает себя буддистом. Ученые веками спорят о том, называть ли буддизм религией. Почему? Чему он учит и к чему ведет?

Буддизм возник две с половиной тысячи лет назад на севере Индии, где жил и учил мудрец по имени Будда Шакьямуни. Сам Будда, конечно, не называл свое Учение буддизмом — это название появилось значительно позднее. Будда говорил «Дхарма». Чаще всего это санскритское слово переводят как «природа всего сущего» или «каким все является». Дхарма, или Учение Будды, — это 84 тысячи поучений, помогающих найти путь от страдания к Освобождению и Просветлению, постижению истинной реальности. Будда дал так много поучений, потому что не хотел вводить догму, навязывать всем одну и ту же истину. Ведь от каждой болезни помогает свое лекарство, а разным людям подходят разные способы развития.

Буддизм — самая нерелигиозная из мировых религий. В буддизме



Древняя статуя Будды
Пещера Аджанта, Индия



*Бесчисленные вселенные рождаются,
развиваются и исчезают по своим естественным
законам с безначальных времен*

нет бога-творца, соответственно нет ни момента создания мира, ни первопричины. Бесчисленные вселенные рождаются, развиваются и исчезают по своим естественным законам с безначальных времен. Нет в буддизме и бога-судьи, какой-то карающей и регулирующей силы. Все в жизни человека подчинено закону причины и следствия: то, что мы думаем, говорим и делаем сегодня, оставляет отпечаток в нашем подсознании. Впоследствии эти впечатления созревают и превращаются в приятные или трудные события, и нет необходимости в «высшей личности», которая управляла бы этим процессом. Закон причины и следствия на санскрите называется «карма».

Буддизм — это учение об уме. Но ум для буддиста — не только интеллект, способный обрабатывать информацию и раскладывать ее по полочкам. Ум — это то, что воспринимает и осознает. Это то, что слушает нашими ушами и смотрит нашими глазами каждое мгновение.

МИРОВАЯ РЕЛИГИЯ

Религия становится мировой, когда она, зародившись в одной стране, преодолевает границы и переходит в другие культуры. Учение Будды возникло в очень развитой культуре Индии в VI–V веках до нашей эры. Оно просуществовало на своей родине более полутора тысячелетий, пока в XIII веке нашей эры его не уничтожили мусульмане-тюрки. Исчезнув в захваченной ими Индии, буддизм продолжал распространяться в Южной и Центральной Азии, на Дальнем Востоке, а начиная с XX века и на Западе. В мире есть три мировые религии: буддизм, христианство и ислам. Для сравнения — такие религии, как индуизм, даосизм и иудаизм, мировыми не являются, поскольку каждую из них исповедуют люди только одной культуры или национальности.



САНСКРИТ

Санскрит — один из древних языков Индии. Он был языком духовной и ученой элиты. Сегодня на санскрите почти никто не говорит, но на нем написано большинство философских текстов, священных для индуизма и буддизма.

Как ученый при помощи экспериментов исследует мир, буддист на опыте постигает природу ума.

Буддизм никогда не завоевывал себе сторонников «огнем и мечом». Обычно он распространялся как интересная философия в сочетании с умственными упражнениями и практичными советами для повседневной жизни. Приходя в очередную страну, он не уничтожал сложившуюся там культуру, но приспособлялся к ней, впитывал ее особенности.

Именно поэтому в мире существует много разных «буддизмов». Благодаря активности японских учителей XX века мы многое узнали о буддийской школе Дзэн; нам знакомо словосочетание «тибетский буддизм»; многие читали также о Южном и Северном



Статуя Будды Шакьямуни
Японская традиция



Статуя Будды Шакьямуни
Тибетская традиция

буддизме. Представители этих течений выглядят и ведут себя подчас совсем по-разному. Если прийти в группу людей, практикующих Дзэн, мы увидим комнату, оформленную в минималистическом японском стиле. Люди, одетые в черно-серое, неподвижно сидят в прямой позе медитации очень ровными рядами. Если кто-либо из них отклоняется от вертикального положения, тут же появляется монах со специальной палкой и бьет «нарушителя» в особую точку на спине. Это не наказание, а помощь в концентрации.

Если же мы окажемся в специальном помещении, где практикуют тибетцы, мы не увидим никакого минимализма: зал обычно выкрашен в яркие, прежде всего красные и золотые тона, насыщен изображениями, статуями и дарами; монахи одеты в разные оттенки красного; они могут сидеть как хотят, толкаться, смеяться и даже засыпать во время медитации, и вряд ли тибетец позволил бы себя стукнуть — дикий горец, он дал бы сдачи.

Сегодня буддизм существует в виде десятков разных традиций и школ. Их поучения подходят разным людям, но основное содержание буддийского пути неизменно: его методы ведут к освобождению от страданий, внутреннему покою и раскрытию качеств ума для блага всех существ.

Буддизм и свобода

Появившись в Индии, буддизм был воспринят как мировоззрение, несущее свободу и равенство. Древнеиндийское общество до возникновения буддизма было строго разделено по кастовому признаку. Лишь представителям высшего сословия — брахманам — было позволено напрямую обращаться к богам, а люди низшей касты — шудры — не могли даже прикасаться к священным текстам. Индуистская ведическая система оценивала человека по его сословной принадлежности и полагала, что даже личные качества определяются происхождением. Буддизм утверждает,



Появившись в Индии, буддизм был воспринят как мировоззрение, несущее свободу и равенство

что для человека важнее его личные качества и дела, а не происхождение. Каждый человек, где и кем бы он ни родился, обладает природой Будды.

Известен случай, когда один из учеников Будды попросил воды у женщины низкой касты. Она была потрясена тем, что монах не брезгает взять у нее воду, и решила, что он не понял, с кем имеет дело. Женщина начала объяснять ему, кто она такая, а ученик Будды просто сказал ей: «Я же попросил тебя дать мне воды, а не рассказать, из какой ты касты». Буддизм отверг идею божественного происхождения каст. Он открыл двери в свою



КАСТОВАЯ СИСТЕМА

В культуре и религии Индии важное место занимает система сословий, на которые делится все население. Есть четыре основных сословия (варны), которые распадаются на множество мелких каст.

- *Брахманы* — наивысшая варна, жрецы или ученые; они общаются с богами, едят только белую и сладкую пищу.
- *Кшатрии* — вторая варна. Это воины или цари.
- *Вайшьи* — третья варна; это земледельцы, ремесленники и торговцы.
- *Шудры* — самое низкое сословие, так называют слуг или черно-рабочих.

На дне кастовой системы находятся неприкасаемые; они вне варн. У них нет никаких прав, и иногда с ними обходятся хуже, чем с животными.

Эти границы между людьми настолько жесткие, что традиция запрещает людям из разных каст вступать в брак, а подчас даже и общаться друг с другом. Невозможно также перейти из одного сословия в другое. Например, если человек, родившийся воином, захочет стать священнослужителем, ему этого не позволят. Его судьба — быть воином, и этого не изменить.

общину (Сангху) для всех людей, независимо от сословия, пола, национальности, и провозгласил, что Освобождение могут обрести все, кто наделен мудростью и состраданием.

Свободомыслие буддизма проявилось и в том, что он помогал людям не зависеть от богов и других сверхъестественных существ. Будда выглядел достаточно провокационным для своих современников. Он признавал, что боги существуют, но не приписывал им важной роли в человеческой жизни. Отрицая единого творца как первопричину мира, он заявил, что индуистские боги — просто еще один класс существ. Они тоже страдают, рождаются и умирают. Они (как и все остальные) заслуживают сочувствия, но не могут быть объектом поклонения.



Свободомыслие буддизма проявилось и в том, что он помогал людям не зависеть от богов и других сверхъестественных существ

Без особого восторга буддизм относился и к проявлениям сверхъестественных способностей. Однажды Будда встретил аскета, который рассказал, что благодаря долгой практике аскетизма он развил такую силу, что теперь может ходить по воде. Будда удивился: «И стоило ради этого так мучить себя? Ведь лодочник взял бы за переправу всего один грош!»

В теистической культуре, где люди верят в бога или богов как в верховную силу, поучения Будды сложно было принять и закоренелому духовенству, и определенной части правящего класса. Но Будду очень уважали, несмотря на его критику теизма и кастовой системы. Со временем среди его последователей появилось много бывших священнослужителей и князей, которые, преодолев предрассудки, свободно учились вместе с неприкасаемыми.

Буддизм и отказ от насилия

Провозгласив принцип непричинения вреда существам, буддизм запретил своим последователям приносить в жертву животных и крайне неодобительно относился к развязыванию войн.