

ДВЕНАДЦАТЬ ПОДВИГОВ БУДДЫ

тема

Базовый текст для учителя

Двенадцать подвигов раскрывают активность каждого Будды. Известный нам исторический Будда Шакьямуни был четвертым Просветленным, кто явил эти подвиги. В человеческом теле Будды получают мирское и духовное образование, в процессе которого они развивают выдающиеся качества. Они достигают Просветления и дают поучения многим людям.

Жизнь Будды можно представить в виде так называемых «двенадцати подвигов». Они описаны в «Лалитавистара сутре», которая была переведена на английский под названием «Глас Будды» (см. Список литературы). Каждый Будда (Пробудившийся, Просветленный) является в мир в человеческом теле, чтобы пройти весь путь до Просветления (постижения сути всех явлений) и затем действовать на благо всех живых существ.

Для того чтобы Будда проявился в человеческом теле в определенное время, необходимы три условия: его пожелания, которые он делал в прошлых жизнях на пути к Просветлению, сила его реализации, и отсутствие буддизма к моменту рождения. Вместе с тем люди должны быть способны воспринимать поучения Будды, они должны достичь общей зрелости и открытости, которая даст возможность Будде повернуть «колесо учения». Если при этом существуют подходящие родители и окружение, то Будда появляется в человеческом теле, чтобы другие могли воспринимать его внешнюю форму и могли у него учиться.

Согласно традиционным буддийским пояснениям, когда сходятся все условия, просветленный ум Будды сходит с так называемых небес Тушита, сферы полной радости, чтобы связать свое сознание со сперматозоидом и яйцеклеткой будущих родителей. Мать в это время видит очень яркие и впечатляющие сны. Так в нашу историческую эпоху пришел четвертый Будда. Через девять месяцев в Лумбини, на границе современного Непала и Индии, в королевской семье рода Шакья родился мальчик — принц Сиддхартха Гаутама Шакьямуни. При рождении и вскоре после него произошли необычные события, которые сразу показали присутствующим особенность этого человека.

Принц рос под особой опекой и обучался самым передовым знаниям культуры той эпохи, например, математике, искусству, наукам, чтению, письму, спорту. Причем Сиддхартха становится лучшим во всех областях. К этому времени, благодаря его

человеческому теплу, его мирские достижения служили примером для других. Однако будущий Будда тренирует не только свой интеллект и тело: его чувства тоже проходят хорошую школу. Он наслаждается обществом благородных спутниц и дарит им радость.

После того как мирское обучение заканчивается, начинается духовное развитие будущего Будды. Однажды молодой принц оказывается за пределами своего дворца и видит мирские страдания: старость, болезнь и смерть. Сиддхартха был так потрясен, что отказывается от привычной прекрасной жизни и покидает дворец своего отца. Им движет глубокое желание помочь существам навсегда избавиться от страдания.

Поиски истины сначала приводят его к аскетам. Он учится у учителей, которые во времена духовной открытости и терпимости также пребывают в поиске истины, но пока безуспешно. Будущий Будда очень быстро превосходит своих учителей и ищет новых.

Однако путь аскезы почти приводит его к смерти. В конце концов Сиддхартха понимает, что глубокое знание лежит за пределами крайностей. Он решает погрузиться в медитацию и не выходить из нее пока не будет найден ответ.

Будда садится под фикусовым деревом, знаменитым деревом Бодхи в Бодхгае, в Северной Индии, и погружается в медитацию. Им движет глубокое желание, чтобы все страдания живых существ были навсегда преодолены, и чтобы все существа, смогли пережить этот опыт. Естественно это чинит препятствия. Последние негативные впечатления, традиционно называемые Мара, проявляются в уме Сиддхартхи и пытаются обольстить, обмануть и напугать его. Но принц понимает их иллюзорность. Таким образом он преодолевает последние тончайшие завесы и на рассвете дня полнолуния в мае в возрасте 35 лет достигает полного Просветления — состояния всеведения. Сиддхартха становится Буддой.

Став Просветленным, Будда дает поучения всем живым существам. Поучения в традиционных текстах называют «поворотом колеса Просветленного Учения». Он дает существам те методы, в которых они нуждаются и которые могут понять в зависимости от своих способностей и жизненной ситуации. Будда не делает различий между людьми ни по происхождению, ни по социальному статусу.

Будда учил существ в течение 45 лет, но даже ему пришлось покинуть тело в возрасте 80 лет. Он умирает в Кушинагаре после того, как принял из рук бедняка испорченной еды. Он ушел в Паринирвану, показав тем самым непостоянство обусловленного существования.

Биография Будды не уникальна. Подвиги Будды повторяются до тех пор, пока существуют миры, в которых проявляются Будды и где существует страдание существ.

Краткий обзор 12 подвигов

1. Сошествие с небес Тушита, сферы наполненной радостью.
2. Вхождение в тело матери.
3. Рождение.
4. Изучение ремесел и искусств.
5. Наслаждение жизнью во дворце.
6. Отречение.
7. Аскеза.
8. Поход в Бодхгая.
9. Преодоление препятствий.
10. Просветление.
11. Поворот колеса Дхармы.
12. Уход в Паринирвану.

ДВЕНАДЦАТЬ ПОДВИГОВ БУДДЫ

тема

Цели этого раздела

- Ознакомить с двенадцатью подвигами Будды.
- Определить стоящие за ними принципы.
- Увидеть мотивацию (любовь и сочувствие).
- Побудить к дальнейшему размышлению:
У Будды есть все, что только можно пожелать — богатство, образование, свободное время, спорт. Он любим, и лучший во всем. Несмотря на это он идет дальше. Почему?

Краткий обзор 12 подвигов

1. Сошествие с небес Тушита, сферы наполненной радостью.
2. Вхождение в тело матери.
3. Рождение.
4. Изучение ремесел и искусств.
5. Наслаждение жизнью во дворце.
6. Отречение.
7. Аскеза.
8. Поход в Бодхгая.
9. Преодоление препятствий.
10. Просветление.
11. Поворот колеса Дхармы.
12. Уход в Паринирвану.

ДВЕНАДЦАТЬ ПОДВИГОВ БУДДЫ

материалы

«Подвиги советуют»

Чтобы дети в шуточной форме могли познакомиться с двенадцатью подвигами Будды, игру с изображением иллюстрированного «циферблата» и текстами можно распечатать или использовать пленку проектора.

Веселая игра!

Время идет. Ученики должны подобрать правильные описания для каждой иллюстрации «циферблата». Игра ограничена во времени.



Аскеза:
Будда учится тому,
как победить свое тело.

Преодоление препятствий:
преодоление последних
препятствий

Изучение ремесел и искусств:
Будда с легкостью учится
у мастеров своего дела.

Поход в Бодхгая:
непоколебимая медитация
в выбранном месте.

Отречение:
Будда оставляет все
ради поиска непреходящих
ценностей.

Поворот колеса Дхармы:
из любви и сочувствия Будда
помогает существам на пути
к Просветлению.

Вхождение в тело матери:
Будда осознанно выбирает
родителей.

**Наслаждение жизнью
во дворце:** Будда на-
слаждается богатством,
дружбой, общением.

Просветление:
достижение неразрушимого
радостного состояния.

Уход в Паринирвану:
возвращение
в Чистые сферы.

Сошествие с небес Тушита: Из сочув-
ствия Будда покидает Чистую сферу.

Рождение: для Будды —
это как войти в дверь.

Разгадка

Сосшествие с небес Тушита:
Из сочувствия
Будда покидает
«Чистую сферу».

Рождение:
для Будды —
это как войти
в дверь.

Поход в Бодхгая:
непоколебимая медитация
в выбранном месте.

Аскеза:
Будда учится тому,
как победить свое тело.

**Поворот колеса
Дхармы:**
из любви
и сочувствия
помогает суще-
ствам на пути
к Просветлению.

**Наслаждение
жизнью во дворце:**
Будда наслаждается
богатством, друж-
бой, общением.

Просветление:
достижение
неразрушимого
радостного
состояния.

Отречение:
Будда оставляет
все ради поиска
непреходящих
ценностей.

**Вхождение
в тело матери:**
Будда осознанно
выбирает
родителей.

**Изучение ремесел
и искусств:**
Будда с легкостью
учится у мастеров
своего дела.

**Уход
в Паринирвану:**
возвращение
в Чистые сферы.

**Преодоление
препятствий:**
преодоление
последних
препятствий



Рабочие материалы для копирования школьниками.

Двенадцать подвигов — это не только описание жизни Будды. Двенадцать подвигов — это пример человеческой жизни, которая направлена на сочувствие и служение другим, которая посвящена активной деятельности, чтобы освободить существ из круговорота страданий.

Задание:

сравни свою жизнь с жизнью Будды. Это игра-размышление. Она не дает готовые решения, но способствует развитию мышления, побуждает вести дискуссию. Двенадцать подвигов могут показаться абстрактными, и порой их тяжело сравнить с обычной жизнью. Однако Будда — это пример, которому можно подражать. Чтобы увеличить силу воображения, можно сыграть в игру «что было бы, если», которая выводит нас за границы наших представлений.

1. «Что было бы, если» — игра.

Что было бы, если

- о я мог бы танцевать на каждой вечеринке, не волнуясь, как выгляжу со стороны.
- о всех людей без исключения, которых я встречаю, находил бы симпатичными и интересными.
- о я справлялся бы со всеми тяжелыми ситуациями, не теряя спокойствия и расслабленности.
- о я смог бы дать каждому то, что ему/ей принесет пользу.
- о я без специальных внешних причин был бы всегда счастлив.
- о я по-настоящему понимал бы все.
- о время не играло бы никакой роли.
- о я встретил бы человека, имеющего все эти способности.

Возможные решения:

- ... чувствовал и двигался свободнее.
- ... постоянно был бы в хорошей компании.
- ... не боялся.
- ... больше не имел проблем.
- ... вел осмысленную жизнь.
- ... имел много друзей.
- ... был независимым.
- ... ничего не ожидал.
- ... был очень мудрым.
- ... не терял спокойствия и самообладания.
- ... имел живой пример.

Углубление

Будда говорит, что ограничения человека основываются на надеждах и опасениях, потому что у всех существ есть представление о собственном «я». Цель буддизма — достичь состояния, свободного от каких-либо ограничений.

В западной культуре «я» рассматривается с положительной точки зрения. Задание заключается в том, чтобы на основе следующего текста провести дискуссию на тему «Когда «я» полезно и когда оно мешает или ограничивает нас».

2. Будда преодолевает ограниченность.

Переживать каждый миг радостным, захватывающим, наполненным глубоким смыслом и сочувствием — значит переживать мир, как Будда.

Ум работает, как глаз: воспринимает все вокруг, но не видит сам себя. Глядя наружу, мы переживаем, что наше «я» отделено от других.

Ум, который все воспринимает, является по своей природе открытым, ясным и не имеющим границ. Поэтому мы переживаем многие вещи, эмоции и идеи, но все эти явления не имеют окончательной и неизменной природы. Они появляются и исчезают. Ум, или «переживающий», или сама способность воспринимать — присутствует всегда, в каждое мгновение и именно поэтому Будда говорит, что каждый является Буддой, знает он об этом или нет.

Вместо того чтобы посмотреть на «переживающего» (свой собственный ум), существа смотрят только на свои переживания и воспринимают их как реальность. Это подобно тому, как человек смотрит в зеркало: видит отражение в нем, но не видит самого зеркала. Так как существа не могут сами постичь то, что наблюдают лишь отражения, то приходит Будда, чтобы помочь им выяснить, КТО или ЧТО производит переживания.

Пример Будды и его поучения (его подвиги) позволяют существам понять и пережить на собственном опыте, что «я» или «эго» — это просто ненужная тюрьма, которая влечет за собой лишь страдания, независимо от того, хорошо или плохо мы чувствуем себя в ней в отдельные мгновения нашей жизни. Переживание пространства как богатства, в котором возможно существование всех вещей во всех их проявлениях, которые приходят и уходят — означает вневременную радость, бесстрашие и активное сочувствие, выходящие за все границы обусловленных представлений о мире и нас самих.

3. Ссылки на другие темы

- Жизнь Будды
- Колесо сансары
- Просветление
- Перерождение



Согласно традиционным буддийским пояснениям, когда сходятся все условия, просветленный ум Будды сходит с так называемых «Небес Тушита», сферы полной радости, чтобы связать свое сознание со сперматозоидом и яйцеклеткой будущих родителей.

1

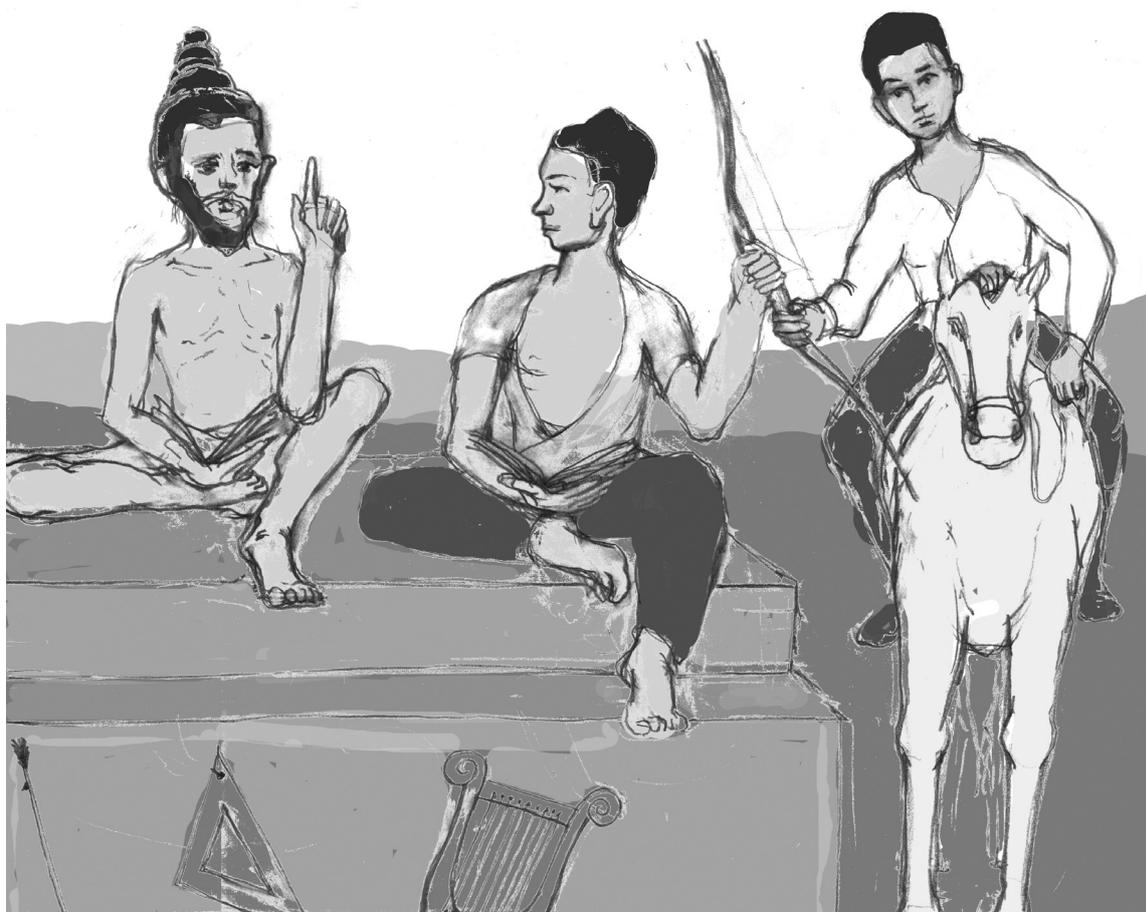
Мать в это время видит очень яркие и впечатляющие сны.

2



Через девять месяцев в Лумбини, на границе современного Непала и Индии, в королевской семье рода Шакья родился мальчик — принц Сиддхартха Гаутама Шакьямуни. При рождении и вскоре после него произошли необычные события, которые сразу показали присутствующим незаурядность этого человека.

3



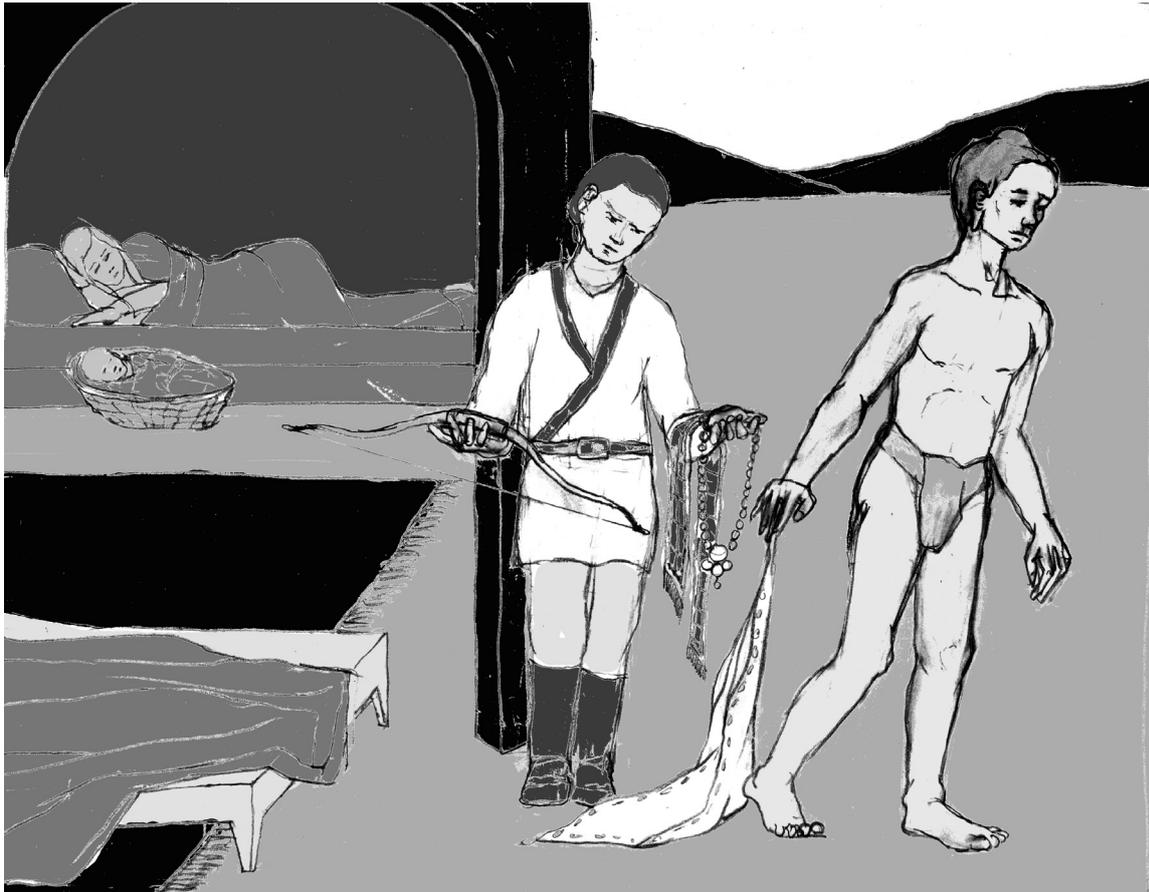
Принц рос под особой опекой и обучался самым передовым знаниям культуры той эпохи, например, математике, искусству, наукам, чтению, письму, спорту. Причем Сиддхартха становится лучшим во всех областях. К этому времени, благодаря его человеческому теплу, его мирские достижения служили примером для других.

4



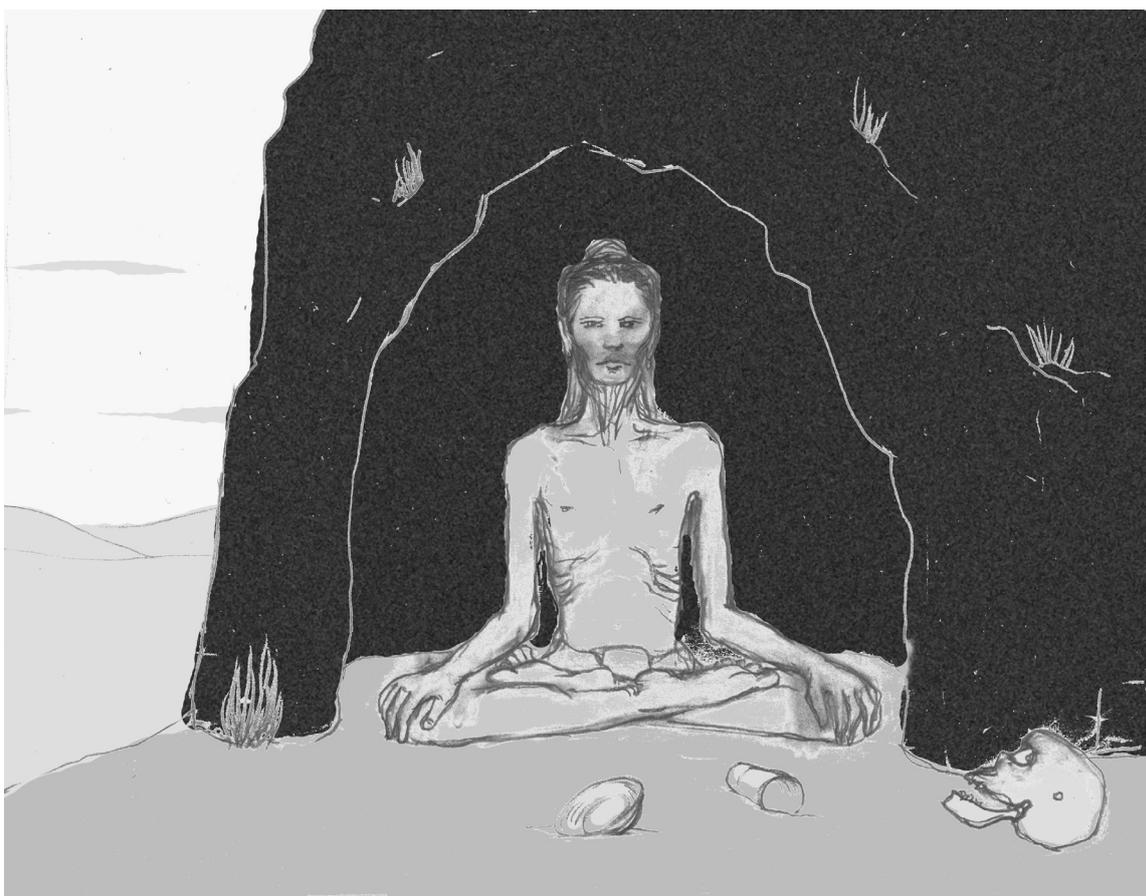
Однако будущий Будда тренирует не только свой интеллект и тело: его чувства тоже проходят хорошую школу. Он наслаждается обществом благородных спутниц и дарит им радость.

5



После того как мирское обучение заканчивается, начинается духовное развитие будущего Будды. Однажды молодой принц оказывается за пределами своего дворца и видит мирские страдания: старость, болезнь и смерть. Сиддхартха так потрясен, что отказывается от привычной прекрасной жизни и покидает дворец своего отца. Им движет глубокое желание помочь существам навсегда избавиться от страдания.

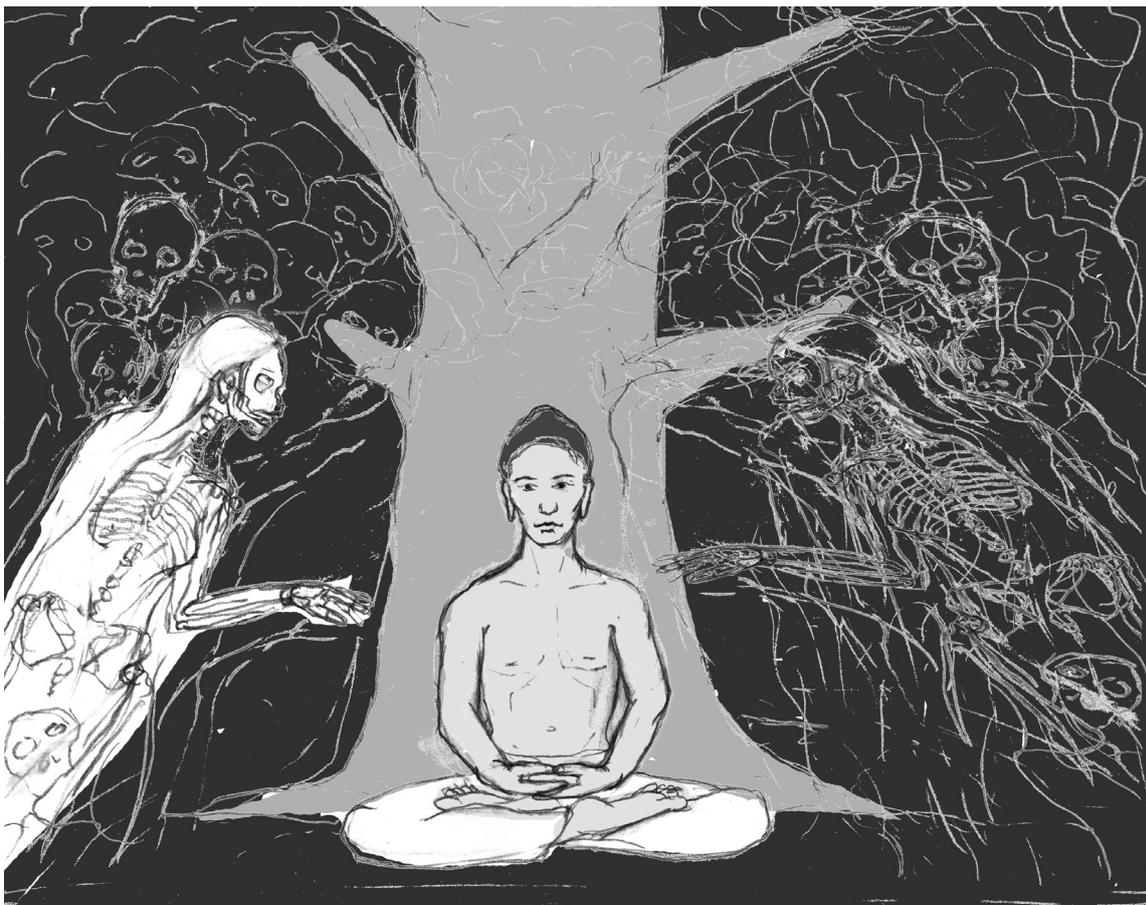
6



Поиски истины сначала приводят его к аскетам. Он учится у учителей, которые во времена духовной открытости и терпимости также пребывают в поиске истины, но пока безуспешно. Будущий Будда очень быстро превосходит своих учителей и ищет новых.

Однако путь аскезы почти приводит его к смерти. В конце концов Сиддхартха понимает, что глубокое знание лежит за пределами крайностей.

7



Он начинает искать такое место, на котором решает остаться до тех пор, пока не достигнет Просветления. Будда садится под фикусовым деревом, знаменитым деревом Бодхи в Бодхгае, в Северной Индии, и погружается в медитацию. Им движет глубокое желание, чтобы все страдания живых существ были навсегда преодолены, и чтобы все существа, смогли пережить этот опыт.

8

Естественно, это чинит препятствия. Последние негативные впечатления, традиционно называемые Мара, проявляются в уме Сиддхартхи и пытаются обольстить, обмануть и напугать его. Но принц понимает их иллюзорность.

9

Таким образом он преодолевает последние тончайшие завесы и на рассвете дня полнолуния в мае в возрасте 35 лет достигает полного Просветления — состояния всеведения. Сиддхартха становится Буддой.

10



Став Просветленным, Будда дает поучения всем живым существам. Поучения в традиционных текстах называют «поворотами колеса Просветленного Учения». Он дает существам те методы, в которых они нуждаются и которые могут понять в зависимости от своих способностей и жизненной ситуации. Будда не делает различий между людьми ни по происхождению, ни по социальному статусу.

11



Будда учил существ в течение 45 лет, но даже ему пришлось покинуть тело в возрасте 80 лет. Он умирает в Кушинагаре после того, как принял из рук бедняка испорченной еды. Он ушел в Паринирвану, показав тем самым непостоянство обусловленного существования.

12