

Карма — причина и следствие

тема

Базовый текст

Согласно буддийскому Учению, карма — это не судьба, а основа для личной свободы и ответственности по отношению ко всем существам.

Понятие «карма» в буддизме четко отделяется от понятия «судьба». Согласно учению Будды, за то, как мы проживаем свою жизнь, не отвечает ни бог-создатель, ни внешние причины. В отличие от индуиста, который чувствует себя полностью подвластным карме, буддист видит в законе причины и следствия основание для личной свободы и ответственности по отношению ко всем другим существам. По словам Будды, восприятие мира возникает из ума. Пока человек не видит природы ума, он не осознает, что положительные слова, пожелания и действия порождают аналогичные впечатления в собственном потоке сознания. Вместо этого он воспринимает себя отделенным от окружающего мира, полагая, что все происходящее предопределяется чем-то внешним. По причине этого заблуждения люди цепляются за приятные переживания, а от неприятного хотят держаться подальше. И основой страданий в нашем мире является не абсолютное зло, а незнание того, что в действительности все подчиняется закону причины и следствия (кармы).

Будда объяснял, что полезные, вредные и нейтральные привычки ума приводят к тому, что человек сначала говорит, а потом и делает соответствующие характеру своего мышления вещи. Логично, что в нашем собственном потоке сознания так же, как и в окружающем нас мире, положительные причины никогда не смогут повлечь за собой отрицательные следствия, и наоборот. Простой пример с семенем и плодом показывает, с одной стороны, что плод развивается только на основании заложенной в семени потенциальной информации и, с другой стороны, что семя исчезает с появлением плода.

Для полного созревания кармического впечатления должны сойтись определенные обстоятельства. Во-первых, нужно ясно понимать ситуацию и ее условия. Во-вторых, нужно хотеть активно воздействовать на ситуацию. В-третьих, нужно сделать это самому либо устроить все так, чтобы это сделали другие. И наконец, удовлетворение от достигнутого результата завершает формирование характерного кармического впечатления, которое откладывается в наше сознание-хранилище. Кармическим результатом убийства, например, будет опыт похожего на ад состояния, если мотивом послужила ненависть. То же действие, совершенное из жадности, как например убийство с целью ограбления, ведет к переживанию неудовлетворенности, а убийство по глупости может закончиться перерождением

в виде животного. Поток сознания течет от рождения к рождению, в то время как в каждой жизненной ситуации перевариваются и освобождаются старые впечатления, на которые человек тем или иным образом реагирует, закладывая в хранилище памяти семена будущего. Так возникают «порочные круги» импульсов и соответствующих им реакций, из которых очень трудно выбраться. Но поскольку на основании определенных условий можно также развить и абсолютные по своей природе состояния ума, этому круговращению можно положить конец. (см. «Колесо сансары»)¹.

Исходя из этой возможности освобождения, Будда никогда не давал учение о причине и следствии — карме — в виде догмы или морали: «Ты ни в коем случае не имеешь права...» или «Ты всегда должен...». К примеру, можно совершить убийство ради спасения жизни многих людей. В этом случае действие хотя и имеет отрицательные последствия, но они переживаются в более мягкой форме, поскольку мотивацией было сочувствие, а о самом поступке сожалели уже при его совершении. Понимание закона причины и следствия и осознанное применение помогает приносить пользу своей мудростью и спонтанной активностью всем, кто находится в круговороте существования.

Связанные темы

Колесо жизни — сансара
Четыре Благородные истины
Двенадцать звеньев взаимозависимого происхождения
Положительные и отрицательные действия
Перерождение

¹ Удалять семена ограничивающего и приносящего страдания опыта, прежде чем они раскроются и породят соответствующие переживания, буддистам помогает медитация. Кроме того, в результате такой практики появляется также достаточно сил для устранения зарождающихся мешающих эмоций.

Карма — причина и следствие

материалы

I. Введение

1) Почему эта тема может быть увлекательной для учеников?

Подростки в период развития личности и социализации задают себе множество вопросов, касающихся их собственного существования и обстоятельств, в которых они живут. Отношения приобретают новое значение и обостряются. Это происходит прежде всего тогда, когда речь идет о принадлежности к определенным внутренним группам в классе, о первых попытках отношений с противоположным полом или о ситуации в родительском доме. «Почему именно я?» — спрашивает себя ученик, если у него, как нарочно, самые сложные родители или самое большое количество прыщиков, если родители собираются развестись или если именно у его родителей, как назло, не достаточно денег на приобретение фирменных вещей или нет денег вообще.

Вопросы «Почему именно я?» и «Что я могу сделать?» для школьников очень актуальны, поэтому им интересны разные модели описания ситуации.

2) Цели обучения:

- ознакомиться с буддийским представлением о причине и следствии;
- научиться отличать эту модель описания от представлений о судьбе и случае;
- понять, как работают причина и следствие в повседневной жизни;
- осознать, что означает взять на себя ответственность за свою жизнь.

3) Родственные темы

Хорошую основу для этой сферы представляет рассмотренная перед этим тема «Четыре Благородные истины». Можно также обратиться к темам «Перерождение», «Полезные и вредные действия», а также «Колесо жизни — сансара». Для углубленного изучения в 9–11 классах может быть предложена тема «Двенадцать звеньев взаимозависимого происхождения».

4) Базовый текст в качестве дополнительной информации

II. Ход урока

1) Обзор всего урока

Следующий за этим конспект воспроизводит обстоятельства жизни школьников. После «мозгового штурма» с возможными обоснованиями, на основе рабочего листа и сопоставительного задания, выделяются различные объясняющие модели и варианты поведения. Следующий за этим небольшой информативный текст поясняет буддийское понимание кармы. Для беседы на занятии можно использовать прилагаемый наглядный материал. В завершение рассмотренная в начале урока ситуация выносится на обсуждение еще раз, при этом ученики стараются объяснить данный случай уже с точки зрения буддизма. В конце урока, работая в группах, ученики составляют другие ситуации, в которых бы они задали себе вопрос: «Почему именно я?».

С целью более углубленного изучения на дополнительном уроке для 9–11 классов и учащихся средних специальных учебных заведений предлагается использовать видеоматериал и разработанные к нему вопросы.

2) Вводная часть урока

Содержание: Интерес школьников пробуждается благодаря тому, что рассматривается ситуация из их реальной жизни.

Методы: История, «мозговой штурм», беседа.

Вступление в урок можно провести через следующую или соответствующую классу, сходную по своей проблематике ситуацию:

Макс, 14 лет, отличный парень. Несмотря на это над ним постоянно подшучивают его одноклассники, а иногда и колотят его. И это в основном связано с тем, что его мать, воспитывающая его в одиночку, не может позволить себе покупать Макс модную фирменную одежду, которую носят остальные ребята в его классе. Конечно же, Макс задает себе вопрос: «Почему именно я?».

Каждый школьник делает для себя краткие пометки ответа на вопрос Макса. В промежутке учитель записывает на доске оба ключевых вопроса «Почему именно я?» и «Что я могу сделать?». Затем ученики дают ответы. Следует обращать внимание на то, чтобы школьники в ходе беседы необдуманно не смешивали объяснения и предложения к действию.

3) Этап I

- Содержание:** Разграничение таких объясняющих моделей, как «причина и следствие», «управляющая инстанция» и «случайность».
- Метод:** Сопоставительное упражнение с использованием материалов приложения: задания, демонстрируемого через проектор, и рабочего листа.

На этом шаге устанавливаются различия между тремя объяснительными моделями («управляющая инстанция», «случайность», «причина и следствие») и теми возможностями действовать в ситуации, которые они предполагают.

Ученики знакомятся с этими взглядами при помощи сопоставительного задания: им выдаются вырезанные из пленки или бумаги фрагменты с текстом (приложение 1). Эти фрагменты должны быть соединены попарно на рабочем листе (приложение 2). В заключение можно обсудить следующие вопросы:

- Какие два отрывка текста составляют одно целое?
- Какие основные понятия применяются в объяснениях?
- Кто бы мог так думать?
- С кем бы вы согласились?

4) Этап II

- Содержание:** Как причина и следствие объясняются с буддийской точки зрения?
- Методы:** Работа с текстом, беседа на занятии, подкрепленная использованием рабочих материалов, иллюстраций и краткого текста.

После разбора разных моделей при помощи краткого текста (приложение 4) поясняется значение причины и следствия для поступков буддистов. Вопрос о том, что конкретно является полезным и вредным действием для буддиста, в тексте почти не затрагивается. Ответ на этот вопрос дается в теме «Положительные и отрицательные действия».

Предложения к беседе, проводимой по окончании чтения текста:

а) Аналогия «семя и плод»

В рабочем листе (приложение 2) отведено место для анализа этой аналогии. Возможная версия приводится на листе с ответами (приложение 3).

Наводящий вопрос: Какие параллели вы видите между семенем и плодом, с одной стороны, и причиной и следствием — с другой?

б) Изображение крестьянина на вспаханном поле (приложение 5)

Дополнительно преподаватель может показать картинку с крестьянином-сеятелем через проектор.

Наводящий вопрос: Что сеет крестьянин? (Он сеет то, что он хочет пожать.)

Как буддисты используют этот пример в своем поведении?

в) Прояснение вопроса о том, когда поступок является положительным

Известный на всю школу любитель затеять драку спрашивает тебя, задыхаясь от ярости, не видел ли ты, где находится один из его друзей. Ты знаешь ответ, но скажешь ли ему правду? Почему «да» или почему «нет»?

Какое решение принял бы буддист и почему? (Из сочувствия к обоим буддист, возможно, солгал бы, чтобы один не был побит, а поколотивший его не засеял бы в свой ум негативные впечатления).

В буддизме тоже есть ориентиры для поведения, которые в самом общем смысле рассматриваются как приносящие счастье или вызывающие страдания (тема «Полезные и вредные действия»). К основным приносящим страдание поступкам относятся убийство, воровство и ложь. Поэтому следует их избегать. Однако решающее значение для впечатления, оставляемого поступком в уме, имеет мотивация, с которой он совершается. Если действуешь, основываясь на хорошей мотивации, например, исходя из сочувствия, то негативный отпечаток от лжи в уме будет не таким сильным, или даже возникнет положительное впечатление.

г) Фотография младенца как толчок к размышлению (приложение 6)

Демонстрируется фото младенца. Напрашивается провокационный вопрос: некоторые дети рождаются в здоровом мире, другие в мире, полном проблем. Почему?

С точки зрения буддизма, момент рождения не является нулевой точкой отсчета. Оно представляет собой только один шаг в бесконечном ряду перерождений (тема «Перерождение»). В соответствии с этим каждый человек приносит с собой множество кармических впечатлений из предыдущих жизней, которые определяют, в каких условиях он рождается.

5) Углубление и закрепление

Содержание: Закрепление новых знаний на примере, приведенном в начале.
Методы: Беседа на уроке, ролевая игра, работа в группах.

Можно еще раз коснуться ситуации, затронутой ранее. Ученики должны представить себе ситуацию, когда Макс поговорил бы о своей проблеме с буддистом. Что бы ответил буддист на его вопрос «А почему именно я?». Если Макс сам несет за все ответственность, что он может сделать, чтобы ее изменить? Если у школьников есть такой навык, то хорошо представить данную ситуацию в виде ролевой игры.

Во время работы в группах ученики вспоминают другие ситуации, когда задается вопрос «Почему именно я?».

При необходимости в заключительной беседе с классом можно проработать еще раз некоторые аспекты:

- Весь приятный и неприятный опыт имеет соответствующие характерные причины. Так, богатство является следствием того, что человек раньше был щедрым, нищета — из жадности в прошлом; если у кого-то есть сложности в обретении друзей, это может быть связано с тем, что в одной из прошлых жизней он был очень гневным.
- Для буддиста причина и следствие работает как всеобъемлющий принцип. Он действует даже в тех случаях, когда взаимосвязь между ними уже нельзя ясно распознать: если, к примеру, сплетаются воедино многочисленные причины или проходит много времени.
- Этот принцип причины и следствия означает для буддиста не ограничение, а большую свободу, так как он дает возможность в каждый конкретный момент влиять на будущее своими делами, словами и мыслями.

III. Предложения для углубленного разбора темы

(рассчитано на 9–11 классы и учащихся средних специальных учебных заведений)

Текст для учеников

Причина и следствие имеют два дополнительных аспекта, которые необходимо понять:

1. Не все проявления причины и следствия одинаково значимы. Когда один камень отрывается от скалы и падает вниз, это, хотя и означает причину (эрозия и воздействие силы тяжести) и следствие (камень летит по направлению к центру Земли и ударяется о земную поверхность), кармой это не является.
2. Причина и следствие обязательно оставляют кармические впечатления в уме — позитивные или негативные, пока сохраняется представление о собственном «я». Как только оно растворяется, исчезает и то, на что может воздействовать причина. События продолжают происходить, но карма не засеивается.

Задания

К пункту 1: Назови еще примеры причинно-следственных отношений, которые не являются кармическими.

К пункту 2: Приведи пример типичной ситуации из своей жизни (школа, семья, свободное время и т.д.). Перечисли возможные варианты действий и свободы, если точки отсчета «я» уже не существует.

Указания для учителя

Причинно-следственные связи не являются кармическими лишь в двух случаях:

К пункту 1: Если нет никого, кто воспринимает ситуацию, но, несмотря на это, что-то происходит из-за закона причины и следствия (например, облака → дождь, еда лежит на тарелке в течение часа → она остывает и т.п.).

К пункту 2: Если случается какая-либо ситуация, а тот, кто ее переживает, больше не примеряет случившееся на себя (с оценкой, эмоциями или устоявшимися идеями). В результате человек становится способным действовать только на благо всех.

Объясняющие модели

Бог или другая судьбоносная сила определяют переживаемое человеком и то, что он узнает как счастье или несчастье.

Счастье или беда человека совершенно случайны. Человек никак не может на это повлиять.

Переживания человека основаны на действии закона причины и следствия: поступки, слова и мысли, в том числе из прошлых жизней, являются причиной того, что испытывает человек.

Действия как следствие

Абсолютно все равно, как я себя веду.

Имеет значение каждая позитивная мысль, каждое положительное слово или поступок. Я избегаю отрицательного. Тем самым я воздействую на свою будущую жизнь.

Я должен жить так, чтобы это нравилось богу, молиться ему и обращаться к нему за помощью.

Рабочий лист

Карма — причина и следствие

Различные объяснения тому, что с нами происходит

	Случай	Бог / судьба	Причина и следствие
«Почему именно я?»	↓	↓	↓
«Что я могу сделать?»			

Как буддисты объясняют то, что у кого-то дела идут хорошо, а у кого-то — плохо?

Картины природы	Как возникают наши переживания?

Ответы к рабочему листу

Карма — причина и следствие

Различные объяснения тому, что с нами происходит

	Случай	Бог / судьба	Причина и следствие
«Почему именно я?»	Счастье или беда человека совершенно случайны. Человек никак не может на это повлиять.	Бог или другая судьбоносная сила определяют переживаемое человеком и то, что он узнает как счастье или несчастье.	Переживания человека основаны на действии закона причины и следствия: поступки, слова и мысли, в том числе из прошлых жизней, являются причиной того, что испытывает человек.
	↓	↓	↓
«Что я могу сделать?»	Абсолютно все равно, как я себя веду.	Я должен жить так, чтобы это нравилось богу, молиться ему и обращаться к нему за помощью.	Имеет значение каждая позитивная мысль, каждое положительное слово или поступок. Я избегаю отрицательного. Тем самым я воздействую на свою будущую жизнь.

Как буддисты объясняют то, что у кого-то дела идут хорошо, а у кого-то — плохо?

Картины природы	Как возникают наши переживания?
<ul style="list-style-type: none"> • Семя превращается в плод. • Семена высаживают в почву. • Плод созревает. • Из определенного семени вырастает соответствующий плод. • Плоду необходимо время на созревание. • Высевают то, что хотят собрать. • Семя можно удалить, сорняки можно сполоть 	<ul style="list-style-type: none"> • Причина вызывает следствие. • Впечатления возникают в уме благодаря действиям, словам и мыслям. • Появляется результат поступка. • Положительные поступки влекут за собой положительные впечатления, вредные действия приносят страдания. • Впечатлениям необходимо время на то, чтобы созреть, иногда этот процесс занимает больше одной жизни. • Человек пытается поступать хорошо и избегать вредных действий. • С помощью медитации можно удалить отрицательные впечатления в уме, прежде чем они созреют

Текст для учеников

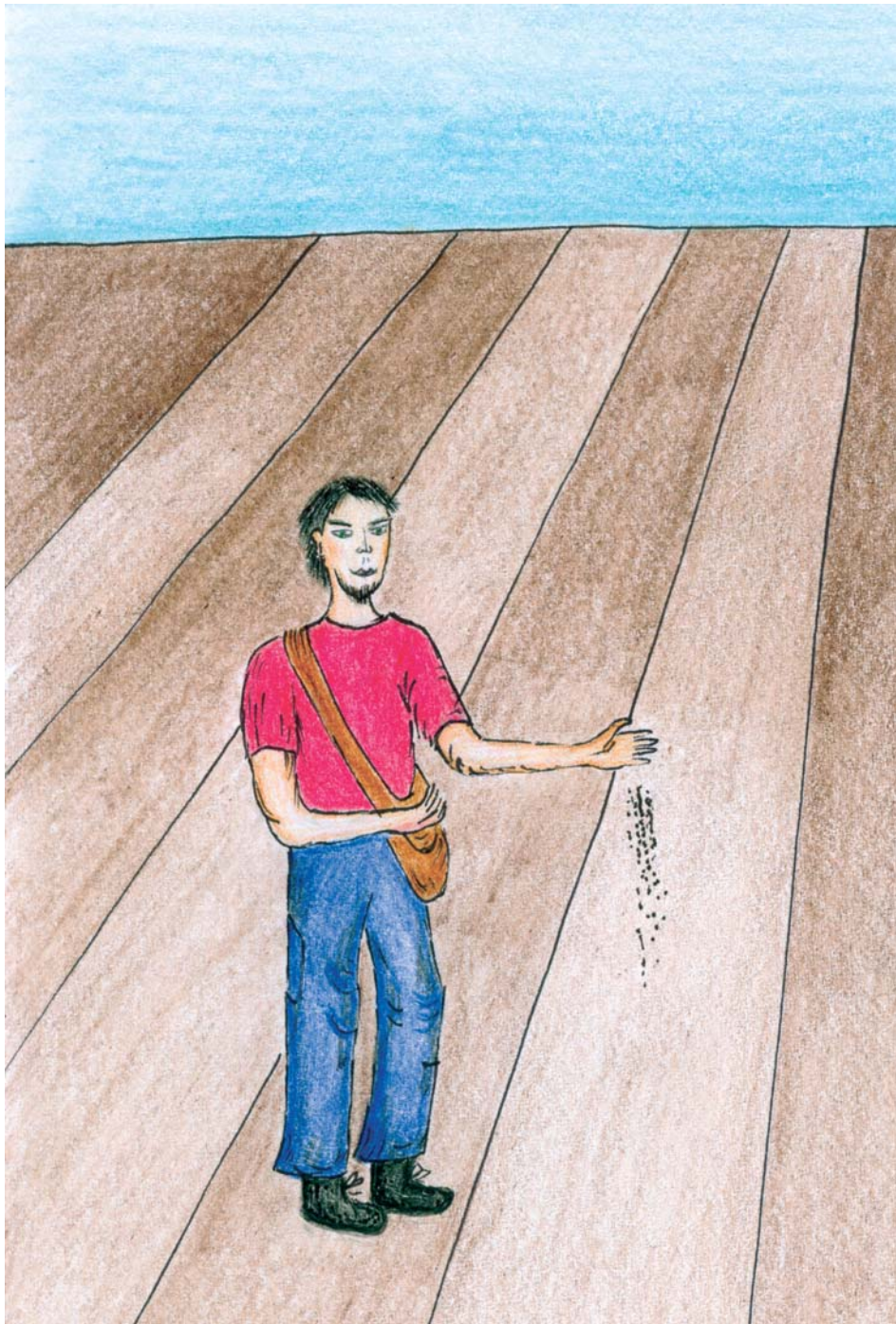
Краткое объяснение закона причины и следствия — кармы

С точки зрения буддизма, все, что мы делаем, говорим или думаем, оставляет отпечаток в нашем уме. Из этих впечатлений возникает мир, переживаемый нами. Полезные мысли, слова и действия приводят к тому, что мы получаем приятный опыт; вредные поступки, слова и мысли, напротив, приводят к тяжелым или неприятным ситуациям. Эти впечатления — семена, которые хранятся в сознании и через некоторое время дают соответствующий плод. Никто, конечно же, не станет ожидать, что, например, высеяв семена кукурузы, соберет урожай бананов. Пример с урожаем также показывает, что иногда требуется много времени, прежде чем семя прорастет и даст соответствующий плод.

Точно так же и с впечатлениями в уме. Вот почему так сложно или вообще невозможно распознать, что послужило причиной переживаемой нами ситуации. Задавая себе вопрос «Почему именно я?», мы не помним, что сами заложили причину этих переживаний своими поступками, словами и мыслями в этой и в прошлых жизнях.

Буддист, вместо того чтобы задавать себе такой вопрос, старается поступать хорошо и избегать вредных действий. При этом важна мотивация, поскольку такие считающиеся отрицательными поступки, как ложь и воровство, могут иметь и положительные последствия, если совершаются из сочувствия — например, чтобы спасти человеческую жизнь. Но как быть с теми случаями, когда кто-то рождается в сложной ситуации? В чем, например, виноват младенец, если в стране, где он родился, идет война и нечего есть, или его родители бедны? Для буддистов это тоже имеет свое объяснение: человек перерождается снова и снова, и впечатления переносятся из жизни в жизнь.

Буддизм использует эффективные методы — например, разнообразные медитации, позволяющие целенаправленно накапливать положительные впечатления и очиститься от негативных, чтобы исключить возможность созревания причин вредных поступков.



Что общего между посевной у крестьян и нашими поступками, словами и мыслями?



Одни дети рождаются в здоровом мире, а другие — в мире, полном проблем. Почему так происходит?

Вопросы к видеофильму «Карма — причина и следствие»

1. Как Будда объяснял возникновение круговорота обусловленного существования?
2. Какую пользу приносит буддийский взгляд на причину и следствие, и как это помогает в решении повседневных проблем?
3. Как можно удалить из ума кармические впечатления, прежде чем они окончательно созреют?

Ответы на вопросы к видеофильму

1. Как Будда объяснял возникновение круговорота обусловленного существования?

- Наш ум устроен подобно глазу, который смотрит лишь наружу, но не в состоянии увидеть самого себя. Из-за этой неспособности ума знать себя возникает разделение между внутренним и внешним миром.
- По причине этой двойственности появляется привязанность к приятному и отвращение к неприятному. Из привязанности и отвращения развиваются остальные мешающие эмоции, такие как жадность, ненависть, скупость, зависть и гордость, которые проявляются в самых различных комбинациях и формируют наше переживание этого мира.
- Поскольку мы не понимаем, что мешающие эмоции имеют преходящий характер, они руководят нашими поступками. Если мы совершаем поступки, приносящие вред другим, мы засеваем негативные семена во внешнем мире и в собственном уме.
- К тому времени, когда семена созревают, и мы начинаем переживать последствия отрицательного поведения, мы, как правило, не помним, что сами засеяли их причину. В качестве реакции на неприятный опыт снова появляются мешающие эмоции, ведущие к вредным поступкам, из которых опять возникают неприятные ситуации. Этот «порочный круг» в буддизме носит название колеса обусловленного существования.

2. Какую пользу приносит буддийский взгляд на причину и следствие, и как это помогает в решении повседневных проблем?

Если верно то, что прошлые действия, слова и мысли определяют нашу жизнь сегодня, то так же верно и то, что наши сегодняшние мысли, слова и поступки создают наше будущее. Каждым действием мы закладываем семена, как во внешнем мире, так и в собственном уме. Рано или поздно мы будем переживать последствия и этих поступков. Это означает, что мы не зависим от настроений капризной фортуны и способны взять собственную жизнь в свои руки. Но это также означает, что мы должны принять на себя ответственность за свое положение и не должны перекладывать проблемы на других, например, на родителей или общество.

3. Как можно удалить из ума кармические впечатления, прежде чем они окончательно созреют?

Еще не созревшие впечатления в уме можно удалить, применяя четыре средства (см. в базовом тексте сведения о четырех условиях созревания кармы):

- мы осознаем, что мы совершили вредное действие;
- мы желаем удалить эти впечатления из своего ума;
- мы принимаем решение, не повторять вредных поступков впредь;
- мы принимаем решение, совершать в будущем противоположные им положительные действия — например, защищать и спасать жизнь вместо того, чтобы убивать.