



Т. В. Ермакова
Е. П. Островская

КЛАССИЧЕСКИЕ
БУДДИЙСКИЕ
ПРАКТИКИ

Путь благородной личности

Санкт-Петербург
Издательство «Азбука-классика»
«Петербургское Востоковедение»
2006

УДК 294.3(540)
ББК Э35-39(5Ид)4
Е 72

Ермакова Т. В., Островская Е. П.

Е 72 Классические буддийские практики: Путь благородной личности. — СПб.: «Азбука-классика»; «Петербургское Востоковедение», 2006. — 304 с. — («Мир Востока»).

ISBN 5-352-01561-0 (Азбука-классика)

ISBN 5-85803-293-9 (Петербургское Востоковедение)

Настоящая книга является тематическим продолжением работы «Классический буддизм», ранее опубликованной в настоящей серии. Опираясь на письменное наследие индийских учителей древности и раннего средневековья, на трактат великого буддийского мастера Васубандху (IV–V вв.) «Энциклопедия Абхидхармы» («Абхидхармакоша»), авторы излагают основы и практическую сторону учения Будды Шакаямуни о вступлении в Нирвану — путь превращения «обычного человека» в Благородную личность, не подвластную страданию.

Книга «Классические буддийские практики» состоит из двух частей. Часть первая, которую мы в настоящее время представляем читателю, посвящена практике интуитивного постижения Благородных истин. В книге подробно изложена начальная стадия подвижничества — классические буддийские практики, приводящие «обычного человека» на Благородный путь интуитивного постижения реальности. Читателю откроются предназначение и сущность практик созерцания отвратительных объектов, цели и способы полного осознания процесса дыхания, специальные практики концентрации внимания и их роль в интуитивном постижении реальности. В свою очередь вторая часть будет посвящена высшим методам буддийской йоги, приводящим к Нирване.

© Т. В. Ермакова,
Е. П. Островская, 2005

© «Петербургское
Востоковедение», 2006

© «Азбука-классика», 2006

ISBN 5-85803-293-9
(Петербургское Востоковедение)

ISBN 5-352-01561-0
(Азбука-классика)



Зарегистрированная
торговая марка

Содержание

От авторов	7
Введение	9
Глава 1	
Психические способности — опора буддийского подвижничества	21
Факторы «высшего господства»	21
Роль психических способностей в отвержении сансары	34
Скажи смерти «нет»	49
Психические способности в космологическом измерении	58
Проявление психических способностей на различных этапах подвижничества	72
Формирование индивидуального набора психических способностей	80
Познающая материя	86
Благие явления сознания	90
Враги буддийского подвижничества	97
Любовь, почитание, избирательность и рефлексия	106
Глава 2	
«Все возникает в силу причин и условий»	111
Дхармы, не связанные с сознанием	111

Бессознательное сосредоточение и сосредоточение, останавливающее поток сознания	121
Причины и следствия	131
Обусловленность сознания	144
Глава 3	
Практики постепенного пути	159
От «вступления в поток» к «возвращению еще один раз»	159
«Невозвращающиеся»: разнообразие возможностей вступления в Нирвану	177
Практика комбинирования дхьяны и принципы диагностической типологии невозвращающихся .	191
В преддверии архатства: практика алмазоподобного сосредоточения	201
Архаты и обучающиеся Дхарме	208
Плоды монашества	218
Психотехнический смысл «трех поворотов колеса Дхармы»	224
Глава 4	
К совершенной вере	237
Различия между архатами и проблема неокончательного освобождения	237
Шесть семейств архатов	243
Диспут о возможности утраты архатства	255
«Герой, получивший сильнейший удар, все же держится на ногах»	268
Перспектива совершенства	278
Тридцать семь факторов Просветления	285
Элементы Просветления в подвижнических практиках	295
Совершенная вера и отвращение к мирскому . .	302
Список сокращений	311
Рекомендуемая литература	313

От авторов

Предлагаемая вниманию читателей книга посвящена основам буддийского подвижничества, разработанным мыслителями древней и раннесредневековой Индии. Она является тематическим продолжением нашей работы «Классический буддизм», опубликованной в настоящей серии.

Учение Будды Шакьямуни о вступлении в Нирвану, его психотехническая интерпретация в текстах постканонической традиции считаются среди большинства специалистов предметом слишком сложным и в силу этого едва ли способным увлечь современную читающую публику. Однако за последние пятнадцать лет в нашей стране вышли в свет академические переводы и исследования текстов, представляющих вершины буддийской религиозно-философской мысли, и они вызвали заинтересованный отклик не только в узком кругу ученых-востоковедов. Уважая потребность читателей в серьезном ознакомлении с буддизмом — одной из традиционных религий России, мы предприняли попытку осветить фундаментальные концепции буддийской антропологии, на которые опирается классическое учение о вступлении в Нирвану, и психотехнику подвижничества.

В основу книги положены исследования трактатов буддийской постканонической традиции, раз-

вернутые в Санкт-Петербургском филиале Института востоковедения РАН под руководством В. И. Рудого. Основываясь на письменном наследии индийских учителей древности и раннего средневековья, на творении великого буддийского мастера Васубандху (IV–V вв.) «Энциклопедия Абхидхармы» («Абхидхармакоша»), мы попытались рассказать о пути превращения «обычного человека» в благородную личность, не подвластную страданию.

Пользуемся возможностью выразить глубокую благодарность нашему другу и учителю В. И. Рудому, прочитавшему рукопись этой книги и высказавшему важные для нас замечания.

Мы сердечно признательны руководителям издательства «Петербургское Востоковедение» О. И. Трофимовой и И. А. Алимову, всегда с вниманием относящимся к нашим исследованиям.

Научно-популярное издание

Т. В. Ермакова, Е. П. Островская

**КЛАССИЧЕСКИЕ БУДДИЙСКИЕ ПРАКТИКИ:
ПУТЬ БЛАГОРОДНОЙ ЛИЧНОСТИ**

Редактор – В. Кон

Художественный редактор – В. Гореликов

Технический редактор – Т. Раткевич

Корректоры – Э. Коваленко, С. Петрова

Верстка – С. Романович

Подписано в печать 16.01.2006.

Формат издания 76 × 100^{1/32}. Печать офсетная.

Гарнитура «Петербург». Тираж 4000 экз. Усл. печ. л. 13,4.

Изд. № 1561. Заказ № 363.

Издательство «Петербургское Востоковедение»
191186, Россия, Санкт-Петербург, Дворцовая наб., 18

Издательство «Азбука-классика»
196105, Санкт-Петербург, а/я 192. www.azbooka.ru

Отпечатано в ОАО ордена Трудового Красного Знамени
«Чеховский полиграфический комбинат»
142300, г. Чехов Московской области.
Тел. (501) 443-92-17, факс. (272) 6-25-36
E-mail: chpk_marketing@chehov.ru