

Звон разбитого колокола



Сказочник Шу

18+

Сказочник Шу

Звон разбитого колокола

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=72092209

SelfPub; 2025

Аннотация

«Звон разбитого колокола» – медитативная проза о тишине, покое и принятии мира таким, каков он есть. Эта книга – как утренний туман над водой: ниоткуда, ни для чего, и всё же живая. Её герой – вымышленный мастер Даичи, который никогда не проповедовал и не оставил после себя ничего, кроме тишины. Но именно в его мнимых словах проявляется безмолвная суть Дзен – вне логики, усилий и стремлений.

Это не наставление и не откровение. Это тихое сопровождение для тех, кто устал от метафизических поисков и внутренней борьбы. Даичи не даёт ответов – он указывает на очевидное: всё уже такое, какое оно есть.

Каждый диалог – это краткая встреча с собой. Здесь нет морали, нет цели, нет обещаний. Только внимательное присутствие. Если в вас живёт лёгкая грусть и жажда тишины – просто откройте книгу. Возможно, именно в этом мгновении вы наконец услышите то, что всегда звучало в тишине.

Содержание

О мастере Даичи	4
Когда всё такое, какое оно есть	6
Волшебное слово	11
Сейчас	14
Отсутствие цепляний	18
Путь одного дела	21
Дыхание	24
Свобода от желаний	26
Незнание, непонимание, неопределённость	28
Конец ознакомительного фрагмента.	30

Сказочник Шу

Звон разбитого колокола

О мастере Даичи

Мастер Даичи – это незнаменитый практик Дзен, который не странствовал и не проповедовал в Японии конца XIV века. У него не было храма, не было учеников, не было имени в летописях. Никто не писал о нём хроник, не искал его могилу, не собирал его рукописей.

Но то, что мастер Даичи не существовал в действительности, не мешает историям о нём быть написанными.

Говорят, он жил у подножия холма, рядом с рощей, где весной цвели вишни, а осенью в траве прятались упавшие листья. Но, конечно, никакой рощи не было.

Кто-то утверждал, что он топил очаг и готовил себе рис. Но никакого риса, никакого очага, никакого Даичи в действительности не существовало.

Он – просто выдумка. Лёгкая, как вдох между двумя делами. Мягкая, как взгляд в окно перед тем, как сказать что-

то важное – и вдруг понять, что говорить нечего.

У него не было ни мыслей, ни прошлого, ни цели. Даже слов у него, по правде говоря, не было. Всё, что он «сказал», – придумано кем-то, кто просто захотел немного помолчать, записывая тишину.

Даичи не учил Дзен. Он и сам не знал, что такое Дзен. Но если внимательно читать то, чего он не говорил, – можно кое-что услышать.

Эта книга – не биография. Не собрание учений. И даже не вымысел в полном смысле слова.

Скорее – это отражение.

Того, что иногда появляется в уме, когда он устал искать смысл.

Того, что иногда возникает в сердце, когда оно больше ни к чему не стремится.

Даичи – это никто. И в этом «никто» есть покой.

Если бы поэт спросил Даичи:

– Есть ли способ постичь Дзен?

Тот бы ответил:

– Лепесток не ищет способа упасть.

Когда всё такое, какое оно есть

Когда простой человек обратился к мастеру Даичи с вопросом о Дзен, прозвучали такие слова:

– Дзен – это когда всё такое, какое оно есть.

Посетитель не понял ответ:

– Всё и так такое, какое оно есть... Разве нет?

– Дзен – это ум, пребывающий со всем, как оно есть. Недзен – это ум, не пребывающий со всем, как оно есть. Недзен – это удерживающий, исправляющий, достигающий ум.

– О, я стану это практиковать! Я стану пребывать со всем, какое оно есть, – обрадовался посетитель.

– Никакой практики! – резко оборвал мастер. – Дзен – это ум, пребывающий со всем, как оно есть. Недзен – это удерживающий, исправляющий, достигающий ум. Любая практика – это и есть недзен!

– Так как же мне тогда быть? – посетитель замялся.

– Оставь всё ровно таким, какое оно есть. И тогда всё будет ровно таким, какое оно есть... Оставить всё таким, какое оно есть – это последнее действие, которое совершает ум, приходя к Дзен. Фактически это даже не действие ума, а осознанное прекращением умом всех своих действий.

– Это поистине просто, но при этом по-настоящему глубоко! Всё такое, какое оно есть – это Дзен... Дзен нельзя достичь с помощью усилия. Любое намерение – это уже непри-

ятие всего таким, какое оно есть... Но оставить всё таким, какое оно есть – это вход в Дзен... – недоумение в глазах посетителя сменилось озарением.

– Да, всё именно так легко и просто, – согласился Даичи. И тут посетитель снова встрепенулся:

– Когда всё такое, какое оно есть – это Дзен. Но мы говорили об уме. Он может принимать всё таким, какое оно есть, но может и не принимать. А как быть, если ума нет вообще? Например, если говорить о небытии или высших мирах?

– Есть три состояния: когда ум не желает оставить всё таким, какое оно есть – это недзен. Когда ум оставил всё таким, какое оно есть – это Дзен. И когда ума нет вообще, а потому нет возможности отвергать – это тоже Дзен... Дзен – это естественное и изначальное состояние, оно характерно даже для небытия. Недзен – это мираж, сон ума, в котором сам же ум страдает. И страдает от именно оттого, что мучает сам себя.

– Ах, вот как... А как можно различить эти два состояния ума?

– Дзен – это ум, склоняющийся к настоящему моменту. Недзен – это ум, уходящий в воображаемые миры.

– Как именно в человеке возрастает Дзен?

– В какой-то момент человек понимает, что мысли нужны как инструмент, но в них вообще не нужно жить. Нет смысла разыгрывать в уме бесконечные спектакли, которые никуда не ведут... Именно тогда в свободное время его ум начинает

пробывать со всем, как оно есть.

– Но ведь мысли всё равно будут приходить? Как мне поступать?

– Дзен – это когда всё такое, какое оно есть. У тебя имеется лишь один единственный метод: оставляй всё таким, какое оно есть. Именно это приводит твой ум к Дзен... С мыслями следует поступать аналогичным образом: их не нужно уничтожать, не нужно подавлять. Нужно просто оставлять их такими, какие они есть... Суть проста: каждую мысль нужно оставить такой, какая она есть. Но не нужно принимать её приглашение думать другие мысли.

– А как же боль? Что вы скажете о ней?

– Если присутствует боль, то просто оставь её такой, какая она есть. Это всё, что следует сделать... Человек может страстно желать избежать боли – тогда он будет страдать ещё в чувствах и мыслях. Но для подлинно естественного человека боль такова, какова она есть. Для него всё таково, каково оно есть.

– Сурово, но истинно... Да, это важное замечание... Теперь я понял! Я увидел! Благодарю вас за указание, мастер! – возликовал посетитель. – Но у меня есть ещё вопрос: а как же действия? Человек перестаёт совершать действия в Дзен?

– Напротив, действия совершаются. Но они возникают абсолютно спонтанно. Нет раздумья о том, что нужно и как нужно делать. Когда человеку следует спать – он спит, когда ему следует есть – он ест... Разумеется, спонтанные дей-

ствия возникают не из импульсивности, а именно из глубокой осознанности. Человек совершает действия, поскольку они необходимы, но не из животной жадности.

Посетитель задумался:

– Мне бы ещё хотелось спросить: я слышал, что все великие учения ведут к бессмертию? Дзен тоже таков?

– Для естественного человека явления в его жизни ровно такие, какие они есть. Если эта жизнь кончится и начнётся другая жизнь, то в ней явления тоже будут ровно такими, какие они есть. Какой бы ни была новая жизнь, в ней можно будет пребывать в Дзен. Если же после жизни однажды наступит невыразимое, то оно тоже будет ровно таким, какое есть.

– А что есть сансара? Что есть нирвана?

– Сансара – это исправляющий ум. Сансара – это когда иллюзии тебе говорят, что нужно исправить то или это, достичь того или этого. Разумеется, как только цель достигнута, то иллюзии тут же диктуют тебе новую цель. Так человек, подгоняемый страданием и неудовлетворённостью ума, бежит словно безумный... Нирвана – это ум Дзен. Нирвана – это когда всё такое, какое оно есть, и этого достаточно. Нирвана неотделима от Дзен, а Дзен неотделим от Нирваны. Если здесь и сейчас ты пребываешь в Дзен, то даже адский мир будет для тебя проявлением нирваны.

– А существует ли некое мировоззрение Дзен? Представление о мире, основанное на вере или науке?

– Сейчас всё ровно такое, какое оно есть. Не нужно ничего додумывать сверх этого, – пояснил Даичи. – Можно называть это отсутствием всякого мировоззрения. Можно называть это мировоззрением Дзен. Но всё это лишь слова...

И тут посетитель осознал:

– Дзен – это когда всё такое, какое оно есть. Дзен – это когда всё оставлено таким, какое оно есть. Дзен – это реальность без попытки её исправить. Дзен – это реальность без всяческого усилия. Дзен – это изначальное и естественное состояние человека. Дзен – это состояние отдохновения ума от всяческого труда. Лишь попытки исправить мир являются тем, что создаёт напряжение... Дзен – это когда всё такое, какое оно есть, и этого достаточно. В Дзен нет никакого помысла. Дзен – это и путь, и цель одновременно.

Волшебное слово

Когда хозяин книжной лавки к мастеру Даичи с вопросом о Дзен, прозвучали такие слова:

– Дзен – это таковость. Дзен – это когда всё такое, какое оно есть. Вопросы о Дзен кончаются, когда все явления ровно такие, какие они есть.

– Я слышал об этом. Но, увы, мне пока недоступна такая практика. Мой ум постоянно комментирует явления, – потупил взор торговец книгами.

– Хорошо, в таком случае нужно разобраться с комментариями. Итак, человеческий ум комментирует явления. Чаще всего комментарии предлагают изменить или удержать воспринимаемое явление, то есть не воспринимать его таким, какое оно есть.

– Да, это так, – согласился хозяин книжной лавки.

– Более того, первый комментарий зачастую комментируется вторым комментарием. А второй комментарий комментируется третьим. И так до бесконечности, и так по кругу. Это создаёт огромное напряжение... Ум устаёт от этого процесса. Это и есть сансара.

– Согласен. Потому я и пришёл к вам...

– Фактически человек не замечает мир таким, каков он есть. Он постоянно находится в плену неудовлетворительного комментария, который порождает другой неудовлетвори-

тельный комментарий... Дзен – это когда всё такое, какое оно есть. Дзен – это когда всё такое, какое оно есть, и этого достаточно. Дзен – это неисправляющий ум... Просто расслабься. И это уже оно.

– Но, если я не могу этого сделать?

– Тогда есть иной способ. Твой ум всегда комментирует различные явления. Он выдумывает великое множество разных комментариев. Оставь только один комментарий – слово «Ладно». Забудь все слова, говори любому явлению только «Ладно». Этот комментарий наиболее близок к таковости Дзен. Это слово станет твоими вратами.

– Я должен говорить «Ладно» всем явлениям в физическом мире. И если возникла какая-то мысль, то вместо того, чтобы ответить ей другой мыслью, я должен сказать только «Ладно». Это и есть знание мира таким, каков он есть... Мастер Дзен идёт своими ногами по этому миру, а у меня пока есть посох – слово «Ладно»!

– Именно так! Слово «Ладно» следует произносить так же различным желаниям и страхам, а также их реализациям. Будь к этому особенно внимателен. Не должно быть ничего, от чего ты впадаешь в дрожь от ужаса или счастья. Всеми и вся ты должен уметь говорить слово «Ладно».

– Но как мне быть с болезненными явлениями? Я понимаю, что им тоже следует говорить слово «Ладно», но как это сделать?

– Здесь можно вспомнить о философии. Сутры учат, что

множество миров страдательно, но есть сфера, где нет страдания. И тот, кто чист в своём сердце от цепляний, туда однажды попадёт. И если ты говоришь всему и вся «Ладно», то у тебя нет цепляний, следовательно рано или поздно твой уход туда неизбежен... Кто-то верит в то, что до жизни не было ничего, и после неё ничего не будет – в таком мировоззрении «Ладно» тоже является вполне естественным, ведь недавно явления для тебя возникли и скоро они для тебя прекратятся... Существует и множество иных форм философии, которые обоснуют слово «Ладно»... Но подлинное мастерство – это когда ты говоришь «Ладно» без каких-либо обоснований. Это и есть настоящий Дзен.

Хозяин книжной лавки помолчал некоторое время, а затем произнёс:

– Теперь я понимаю. Все философские обоснования – это лишь временные подпорки. Они подобны лодке, которая нужна лишь для того, чтобы пересечь реку. Достигнув другого берега, лодку оставляют... Даже слово «Ладно» – это временная опора. Настоящий Дзен – это просто быть с тем, что есть, без всяких слов и обоснований.

Мастер Даичи улыбнулся и промолчал. В этой тишине было всё необходимое понимание.

Сейчас

Когда летописец обратился к мастеру Даичи с вопросом о Дзен, прозвучали такие слова:

– Дзен – это сейчас.

Конечно же, летописцу было непонятно столь простое описание:

– Не могли бы вы объяснить подробнее?

– Что есть будущее? Будущего не существует как некой реальной сферы. Будущего нет. Есть только мысли о грядущих событиях. Более того, эти мысли постоянно меняются под влиянием новых обстоятельств.

– Да, это так, – согласился летописец.

– Что есть прошлое?

– Прошлого не существует как некой реальной сферы. Прошлого нет. Есть только мысли о прошедших событиях. Более того, при каждом новом воспоминании прошедших событий образы оных постепенно меняются.

Летописец пришёл в замешательство, но, поскольку обладал глубокой проницательностью, согласился:

– Это действительно так. Людей, вещей и ситуаций из древних времён давно нет. Есть лишь мысли о них.

– Прошлое и будущее – это просто картины ума. И они постепенно меняются вместе с умом. Как только немного изменился ум, так тут же изменились его прошлое и будущее.

Летописец молчал, а мастер Даичи продолжал говорить:

– Что же реально? Реально только простое и великое Сейчас. Всё остальное – это просто выдумки...

– Вот, значит, как... – начал осознавать посетитель.

Даичи кивнул:

– Дзен – это сейчас. Если внимание исключительно сейчас, то всё ровно такое, какое оно есть. Это Дзен.

– О, теперь я понял! Я стану держаться за настоящий момент!

– Не делай так. Пребывание в прошлом – это усилие: для пребывания в прошлом нужно поддерживать соответствующие мысли. Пребывание в будущем – это усилие: для пребывания в будущем нужно поддерживать соответствующие мысли. Пребывание в прошлом и будущем – это всегда напряжение. Но что будет, если все без исключения напряжения будут оставлены? Внимание само собой вернётся к настоящему моменту. За настоящий момент не нужно цепляться усилием. В настоящий момент нужно возвращаться расслаблением, – назидательно произнёс мастер. – Более того, момент не бывает внешне стабильным, он всегда непостоянен в своих проявлениях. И единственный способ пребывать в нём – это не схватиться за него мёртвой хваткой, поскольку так ты его сразу же потеряешь, а позволить ему быть таким, каков он есть. И доступно это только через расслабление и отпускание всего и вся.

Летописец изумился:

– Действительно... Можно вцепиться в настоящий момент изо всех своих сил. Можно держаться за него посредством усилия. И тогда утомление практикой неизбежно... Но куда разумнее просто перестать поддерживать напряжение мыслей о прошлом и будущем. И тогда внимание само придёт к заветному сейчас...

– Всё верно. Не практикуй пребывание в сейчас. Делай обратное: отдыхай от любого напряжения, а внимание само вернётся к сейчас....

Нависла тишина. И после того, как за окном прозвучала птичья трель, Даичи продолжил:

– Настоящий момент – это Дзен. Это начало и конец. Тот, кто начал путь, что-то ждёт от настоящего момента и ищет в нём открытий. Тот, кто постиг путь, отдыхает в настоящем моменте. Он понимает, что ничего другого просто не будет.

– А если всё же меня будут посещать мысли, фантомы прошлого и будущего?

– Ничего страшного. Если, заметив мысль, ты её отпустил посредством расслабления – это Дзен. Недзен – это только когда ты осознанно решил последовать за мыслью, – улыбнулся мастер. – Мысли – это вовсе не враги. Они возникают в настоящем моменте, как и всё остальное. Мысли – это тоже проявления момента. Ошибка заключается лишь в том, когда человек за яркими красками мыслей теряет настоящий момент.

– А если настоящий момент будет страшным или болез-

ненным?

– Дзен – это сейчас. Всё, что происходит сейчас, принципиально выносимо. Разве ты не страдал от болезней, не мучился жаром и травмами? Если присутствует боль, то она просто происходит. Боль – это обычное явление в настоящем моменте. Она вовсе не является проблемой... Настоящая проблема, настоящее страдание – это когда человек не принимает момент таким, каков он есть сейчас. Тогда он тут же теряется в будущем и прошлом...

– Дзен – это когда ты согласен с сейчас. Когда ты принимаешь настоящий момент ровно таким, каков он есть. Если же ты пытаешься его переделать – это говорит о том, что ты пребываешь вниманием в мыслях о будущем или прошлом. Это уже недзен, – сделал вывод летописец.

– Именно так.

– А если сейчас не будет ничего, в том числе и сознания?

– Иногда сейчас наполнено явлениями. Иногда сейчас пусто от явлений. Каково сейчас, когда в нём ничего нет? Нет радости, нет боли, нет нужды. Нет даже осознания этого самого сейчас. Сейчас, наполненное явлениями, знает явления и само себя посредством их отражения. Сейчас, пустое от явлений, не знает ничего, в том числе и себя.

И тут летописец с удивлением спросил:

– Так что же такое это «сейчас»?

Мастер громко ударил по полу посохом.

Отсутствие цепляний

Когда алчный человек обратился к мастеру Даичи с вопросом о Дзен, прозвучали такие слова:

– Дзен – это абсолютное отсутствие привязанности к чему-либо. Дзен – это просто отсутствие цепляния к чему-либо.

– К чему не следует иметь цепляний?

– Ко всем проявлениям физического мира, к мыслям, к чувствам. Ко всему, что внутри и снаружи! Ко всему тому, что существует и не существует!

– Наверное, Дзен труден? Человек прикладывает усилия, сохраняя постоянное состояние отсутствия цепляний?

– Напротив, Дзен совершенно безусилен. Трудно только цепляние, только удержание. Отсутствие цепляний абсолютно расслаблено по своей природе, – ответил Даичи.

– Но почему отсутствие цепляний кажется мне трудным? – нахмурился алчный человек.

– Не нужно цепляться за отсутствие цепляний. В этом твоя ошибка... Просто отпусти всё. Отпусти всё без исключения, в том числе и намерение пребывать в отсутствии цепляний. Это и есть настоящий Дзен, – улыбнулся мастер.

– Если перестать удерживать явления и достигать их, то это будет отсутствием цепляний?

– Да, можно увидеть отсутствие цепляний и так. Каждый

человек подберёт те слова, что подходят ему больше всего... Дзен – это отсутствие цепляний. Вот и всё, что я могу тебе сказать.

Посетитель задумался:

– Но как же нирвана, как же сансара? Вы не скажете мне о них?

– Сансара – это когда у тебя есть цепляния. Нирвана – это когда у тебя нет цепляний, – прозвучал лаконичный ответ.

– Но почему это так? – продолжал не понимать посетитель.

– Все явления непостоянны. Если есть цепляние за непостоянное, то есть и страдание. Если же цепляний за непостоянное нет, то нет и оснований для страдания.

Посетитель внезапно засмутился:

– Мастер, я не очень верю в перерождения... Я верю, что впереди меня ждёт небытие. И я опасаюсь, что оно прекратит мой Дзен.

– Какой вздор! Дзен – это отсутствие цепляний к чему-либо. Бытие – это как возможность пребывать в цепляниях, так и возможность быть свободным от цепляний к чему-либо. Небытие – это просто отсутствие чего-либо, к чему можно было бы прицепиться. Дзен непоколебим! – расхохотался мастер.

– О, великолепно! Теперь я стану пребывать в отсутствии цепляний и достигну просветления!

И тут Даичи расхохотался пуще прежнего:

– Сама идея того, что ты чего-то достигнешь с помощью отсутствия цепляний – это очередное цепляние. Не успев вступить на путь Дзен, ты уже сошёл с него! Дзен прост: отпусти всё и вся, не имей цепляний... Это начало и конец.

– Но как же просветление? Чем оно является? – ещё больше опешил посетитель.

– Дзен – это отсутствие цепляния к чему-либо. Это начало, это путь, это плод. Отсутствие цепляний – это то, в чём следует пребывать. И отсутствие цепляний – это высочайшее достижение.

На глазах посетителя в тот же миг возникли слёзы. Он внезапно понял, что алчность, которой он спасался от мира, и была бичом, который причинял ему страдания. В тот самый миг он увидел путь.

Путь одного дела

Когда ремесленник обратился к мастеру Даичи с вопросом о Дзен, прозвучали такие слова:

– Дзен – это когда ты делаешь одно дело всем собой.

– Я и так делаю одно дело... – пожал плечами ремесленник. – Весь день точу ножи.

– Но думаешь ли ты при этом о точиле? Или о плате? Или о том, сколько осталось до вечера?

Ремесленник замолчал.

– Когда ты точишь нож и в то же время планируешь ужин – ты не с ножом. Когда ты ешь и в то же время сожалеешь о прошлой ошибке – ты не с едой. Когда ты сидишь и думаешь, что должен медитировать – ты не сидишь. А Дзен – это быть там, где ты есть. Делать то, что ты делаешь. Целиком. Без остатка.

– И всё?

– Всё.

– Но ведь мысли о других делах всё равно будут приходиться... – возразил гость. – Звуки, воспоминания, желания, тревоги...

Даичи мягко улыбнулся:

– Да, будут. Они всегда приходят. Но ты не обязан следовать за ними. Всякий раз, когда что-то вторгается – оставь это. Оно не требует твоего внимания. Оно уходит, если ты

не ухватился. Всё просто: как только ты замечаешь, что отвлёкся, тут же возвращайся к своему делу.

– И что же будет в итоге? – спросил ремесленник. – К чему это ведёт?

– Никакого итога не будет, – ответил Даичи. – Это путь без цели. Ты просто будешь делать то, что должно быть сделано. Но твоё сердце будет спокойно. Ты увидишь, что мир ровно такой, какой он есть. Ничего не нужно исправлять. Ничего не нужно удерживать. Ничего не нужно ждать. И это и есть Дзен.

– А если мне будет больно или страшно в текущем деле? – засомневался ремесленник.

– Делай его всё равно, – сказал Даичи. – Делай не для того, чтобы победить боль, и не для того, чтобы избежать страха. Делай потому, что ты делаешь одно дело. Боль пройдёт. Страх развеется. А ты останешься с тем, что есть.

– Я могу делать дело, пока есть что-то. А если нет совсем ничего? Что тогда делать?

– Если нет ничего, то остаётся одно – соблюдение отсутствия действий. Однако, если нет совсем ничего, бездействие будет совершаться без усилия. Более того, от него ничего не будет отвлекать. И оно не будет осознавать само себя.

Ремесленник вернулся в город. На следующее утро он принёс с собой старое тесло, нож и точильный камень. Сел во дворе. Начал точить. В этот момент из хижины вышел Да-

ичи. Он молча наблюдал.

Минуло полчаса.

Мастер присел рядом.

– Ну? – спросил он.

– Сначала я всё делал, как обычно, – ответил ремесленник. – Но теперь я вижу... Мои руки двигались, но ум – гулял. Я думал, что точу нож, но на самом деле думал о заказах, о цене, о вчерашнем разговоре. Только иногда я по-настоящему был с камнем, с ножом. Но эти мгновения были... другими.

– Какими?

– Никаких мыслей. Только рука, звук, металл. Как будто весь мир – это трение. И ничего больше не нужно.

– Именно так, – сказал Даичи. – Когда ты целиком в действии, нет нужды в понимании. В этот момент нет «тебя» и нет «работы». Есть только точка соприкосновения. И в ней – всё.

Ремесленник посмотрел на нож.

– Я понял. Дзен – это когда действие не средство, а всё само по себе. Когда не «я делаю», а «это делается».

– Нет, – покачал головой Даичи. – Ты снова хочешь сформулировать. Оставь. Просто точи. И всё будет в точильном камне.

Дыхание

Когда лекарь обратился к мастеру Даичи с вопросом о Дзен, прозвучали такие слова:

– Медитация – это быть с дыханием. С каждым вдохом. С каждым выдохом. Больше ничего не нужно.

– Выходит, мне нужно контролировать дыхание? – спросил лекарь.

– Ты не контролируешь дыхание. Ты просто пребываешь с ним. Пребываешь с каждым вдохом. Пребываешь с каждым выдохом.

– А если придут мысли?

– Мысли неизбежно будут возникать. Когда заметишь во внимании мысль, просто мягко верни внимание к дыханию. Тебе не нужно уничтожать мысли. Тебе следует только возвращаться к дыханию, когда ты замечаешь мысль.

– Полагаю, мне следует усердствовать в практике?

– Практика такова: побудь наедине с дыханием, оставь всё остальное. Отдохни в дыхании. Успокойся в дыхании, – пояснил Даичи. – Если твоя медитация будет именно такой, то она будет благостной. Если же ты будешь трудиться в медитации, то она станет для тебя бесплодным и тяжким трудом.

– Но почему именно дыхание? – заинтересовался врач.

– Дыхание – это то, что присутствует с человеком всю его жизнь. К тому же оно непостоянно по своей природе – за

вдохом следует выдох, а за выдохом вдох. Медитируя на такое нестабильное явление, трудно впасть в заблуждение.

– Я должен что-то найти с помощью медитации?

– Твои состояния могут меняться во время медитации. Могут приходиться благодные состояния, очень благодные... Но они не являются целью. Тебе не нужно ничего искать. Ты просто дышишь, просто пребываешь с дыханием, – спокойно сказал мастер. – Просто вдох. Просто выдох. Что здесь можно искать? И если ты ничего не ищешь, то это и есть Дзен.

Свобода от желаний

Когда богач обратился к мастеру Даичи с вопросом о Дзен, прозвучали такие слова:

– Желание – это демон, погоняющий человека. Как только исполнилось одно желание, так тут же возникает другое. Голод желания нельзя удовлетворить – этот злой дух постоянно меняет формы.

– Но разве это плохо? Человек идёт вперёд, меняется.

– Но человек никогда не удовлетворён. Его вечно грызёт жажда. И это и есть сансара, вечное страдание...

– Каков же Дзен?

– Дзен – это свобода от желаний. Не исполняй желания. И ты увидишь мир не через призму вечного голода, а таким, каков он есть. Таково чистое видение Дзен.

Богач нахмурился:

– Значит, мне нужно запретить желаниям возникать?

– Вовсе нет, это невозможно. Желания будут возникать, такова их природа... Следует просто не быть их рабом. Следует просто видеть мир не через призму очередного желания, а таким, каков он есть в этом самом моменте.

И тут богач расхохотался, трясая своим огромным животом:

– Исполняя желания, человек не может быть удовлетворён. Отказавшись от исполнения желаний, человек обретает

удовлетворённость в тот же самый миг!

Незнание, непонимание, неопределённость

Когда учёный обратился к мастеру Даичи с вопросом о теории Дзен, прозвучали такие слова:

– Дзен – это незнание. Дзен – это неуверенность. Дзен – это неопределённость.

– Но ведь я столько лет искал! Читал, практиковал, размышлял... Я хочу, чтобы всё стало ясным. Мне нужно понять, что есть истина.

– Истина не находится. Истина – это то, что остаётся, когда ты оставил любые объяснения и идеи. Это и есть подлинная ясность.

Посетитель покачал головой:

– Я не могу жить без определённости. Мне нужно на что-то опереться... Хотя бы знать, что будет после смерти. Или быть уверенным, что я иду правильным путём...

– Ты хочешь уверенности, потому что боишься. Но определённость – это всего лишь уютная иллюзия. Каждый раз, когда ты находишь её, ум уже спешит к новой.

– Это действительно так. Всё, что я знал, всё, что считал твёрдым... Всё меняется, рушится. Каждый ответ становится вопросом. Каждая мысль – догадкой. Всё зыбко... Но могу ли я оправдать для себя незнание, неуверенность, неопре-

делённость?

– Если ты достигнешь высшей сферы, то там не будет места для мирских знаний – по этой причине они не имеют веса уже сейчас. Если ты канешь в небытие, то там не будет мирских знаний – по этой причине они уже сейчас ничего не стоят... Оставить любые знания, определённости, понимания – это значит обратиться к своей истинной природе.

– Почему же это шаг к своей природе?

– Незнание того, кто жив, кто пребывает в высшей сфере, кого нет вовсе – это одно и то же незнание. Незнание всегда одинаково.

– А если я приму, что не знаю... тогда что?

– Если нет знания, определённости, уверенности, то остаётся просто реальность такой, какая она есть.

– Как это?

– Если ты идёшь по дороге, то ты просто идёшь по дороге. Если ты видишь божество, то ты просто видишь божество. Если ничего нет, то просто ничего нет.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.