







# Далай-лама XIV

## ВЕЛИКИЙ БУДДА СОСТРАДАНИЯ



НА СТЫКЕ ВОСТОКА И ЗАПАДА



ЭКМО  
Москва  
2013

УДК 141.339  
ББК 86.42  
Д 15

His Holiness the Dalai Lama  
Masters of Wisdom: Dalai Lama  
edited by Alan Jacobs  
All rights reserved, first published in the UK  
in 2011 by Watkins Publishing,  
Sixth Floor, Castele House, 75-76 Wells Street, London W1T 3QH  
© His Holiness the Dalai Lama. Biographical essay  
and compilation and selection of the text

Д 15      **Далай-лама XIV** : Великий Будда Сострадания / Сост.:  
А. Джейкобс ; [пер. с англ. О. Лёвкина]. — М. : Эксмо,  
2013. — 288 с. — (Великие мастера мудрости).

ISBN 978-5-699-68112-9

Сегодня Далай-лама XIV является наиболее известным представителем буддизма во всем мире. Тибетцы считают его воплощением Будды Сострадания, и это поистине так. Этот «простой буддийский монах», как он сам себя называет, неустанно говорит нам о том, что люди должны научиться сострадать друг другу. С любовью и добротой он не устает говорить о вечных общечеловеческих ценностях.

В этом издании собраны цитаты из книг и статей, написанных Его Святейшеством, или из речей, им произнесенных. Это книга-монолог, книга-рассуждение, книга-призыв.

УДК 141.339  
ББК 86.42

© Alan Jacobs, 2011  
© Лёвкин О. А., перевод на русский язык, 2013  
© Издание на русском языке, оформление.  
ООО «Издательство «Эксмо», 2013

ISBN 978-5-699-68112-9



---



# ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие .....	9
Биография Его Святейшества XIV Далай-ламы ....	18
<i>Глава 1.</i> Сострадание и личность .....	37
<i>Глава 2.</i> Международное сообщество и необходимость всеобщей ответственности .....	47
<i>Глава 3.</i> Сострадание и мир во всем мире .....	57
<i>Глава 4.</i> Необходимость в личной ответственности .....	67
<i>Глава 5.</i> Четыре благородные истины .....	77
<i>Глава 6.</i> Ступени на пути .....	89
<i>Глава 7.</i> Наука и религия .....	99
<i>Глава 8.</i> Открывая новое сознание .....	105
<i>Глава 9.</i> Тибет .....	115
<i>Глава 10.</i> Природа вокруг нас .....	123
<i>Глава 11.</i> Необходимость в религиозном согласии .	131
<i>Глава 12.</i> Цель буддизма .....	139
<i>Глава 13.</i> Человеческая душа и природа вокруг ....	147
<i>Глава 14.</i> Из религиозной практики .....	155

Глава 15. Зарисовки о наших горах .....	161
Глава 16. Реальность войны .....	167
Глава 17. Наука на перепутье .....	175
Глава 18. Речь на вручении Нобелевской премии ..	189
Глава 19. Древо-защитник .....	205
Глава 20. О буддийской женщине .....	215
Глава 21. Монах за работой .....	223
Глава 22. Образование в Тибете .....	229
Глава 23. Зеленая планета .....	237
Глава 24. Трансформации .....	243
Глава 25. Работа над собой .....	255

Все цитаты в этой антологии взяты из книг и статей, написанных Его Святейшеством XIV Далай-ламой, или из речей, им произнесенных. Сама эта антология составлена с разрешения и одобрения Его Святейшества. Мы очень благодарны Его Святейшеству за его доброту, ведь разрешение он дал сразу, как мы об этом попросили. Составитель и Издатель также хотят поблагодарить всех владельцев авторских прав, которые дали согласие на использование соответствующих материалов. Если, тем не менее, обнаружатся досадные пропуски, Составитель и Издатель обязуются ликвидировать их в этом и всех последующих изданиях.





# ПРЕДИСЛОВИЕ

## СЛОВА ИСТИНЫ

МОЛИТВА, СОСТАВЛЕННАЯ ЕГО СВЯТЕЙШЕСТВОМ  
ТЕНЗИНОМ ГЬЯМЦХО, XIV-м ДАЛАЙ-ЛАМОЙ ТИБЕТА

*Прославляя и вызывая к жизни великое сострадание  
к Трем драгоценностям: Будде, Учению  
и Духовной общине<sup>1</sup>*

О Будды, Бодхисаттвы<sup>2</sup> и ученики  
прошлого, настоящего и грядущего,  
Преисполненные чудесных достоинств,

---

<sup>1</sup> Три р а́ тна (три драгоценности) в буддизме — три драгоценности буддийской доктрины: Будда, Дхарма (закон, учение), Сангха (монашеская община). Триратна является своеобразным символом веры буддиста. Восприятие Будды как учителя и проводника, его дхармы как закона, а сангхи как сообщества единомышленников, является неперменным атрибутом буддийского мировоззрения. *(Здесь и далее примечания кроме особо оговоренных случаев принадлежат переводчику.)*

<sup>2</sup> Бодхиса́тта, бодхиса́тва, бодиса́тва — буквально: «существо, стремящееся к пробуждению» или «существо с пробужденным сознанием», термин состоит из двух слов — «бодхи» и «саттва» — в буддизме существо (или человек), обладающее бодхичиттой (основополагающая философско-мировоззренческая доктрина буддизма Махаяны, провозглашающая любовь ко всем живым существам и обуславливающая служение бодхисаттв ради спасения всех живых существ из цепи перерождений), которое приняло решение стать буддой для блага всех существ. Побуждением к такому решению считают стремление спасти все живые существа от страданий и выйти из бесконечности перерождений — сансары. В махаянском буддизме бодхисаттвой называют также просветленного, отказавшегося уходить в нирвану с целью спасения всех живых существ.

Огромных и неизмеримых, как океан,  
Кто взирает на беззащитных существ,  
как на единственных детей собственных;  
Внемлите правдивым словам молитвы моей,  
преисполненной боли.

Учения Будды в их полноте способны унять  
боль мирского  
существования и спокойствия для себя одного;  
Пусть они процветают, неся благополучие  
и счастье  
во все уголки бескрайнего мира.  
О, хранители Дхармы<sup>1</sup>, ученые мужи  
и практики, достигшие необычайных высот,  
Пусть ваш десятиступенчатый путь  
восторжествует.

Обычные существа, мучимые чередой  
нескончаемых страданий,  
Сдавленные гнетом бесконечных,  
и по силе своей несравнимых ни с чем  
ужасных дел.  
Пусть все их страхи перед беспощадной  
войной, голодом  
и недугами улягутся,

---

<sup>1</sup> Дхárма, дхáмма — индийский философский и религиозный термин, одно из важнейших понятий в индийской культуре. Дхарму можно описать как совокупность установленных норм и правил, соблюдение которых необходимо для поддержания космического порядка. Понятию дхармы трудно найти эквивалент. Слово «дхарма» буквально переводится как «то, что удерживает или поддерживает» (от санскритского корня *dhár* — «поддерживать»). В зависимости от контекста, дхарма может означать «нравственные устои», «религиозный долг», «универсальный закон бытия» и т. п. В буддизме под дхармой понимают учение Будды.

И смогут они дышать свободно в океане  
счастья и благодати.

А особенно благочестивые люди  
Страны Снегов, которые тысячей способов  
Немилосердно истребляются ордами варваров  
На Стороне Тьмы.

Пусть сила вашей жалости восстанет,  
И испарится океан крови и слез.  
Те же, кто безудержен в своем изуверстве,  
кому посочувствовать лишь можно,  
Кто до того озлоблен умопомрачением  
собственным,  
что готов истребить и себя, и других;  
Пусть обретут они око мудрости  
и поймут, что совершать следует, а чего  
сторониться,  
и пребудут они в ореоле любви и дружбы.

Пусть эта искренняя молитва о свободе Тибета,  
Которую мы ждем так долго,  
Исполнена будет без промедления;  
Прошу, дай вскоре возможность насладиться  
Праздником исполнения законов мирских  
и духовных.

О, заступник Ченрезиг<sup>1</sup>, с состраданием ты  
взираешь

---

<sup>1</sup> Авалокитешвара (тиб. Ченрезиг) — бодхисаттва, воплощение бесконечного сострадания всех Будд. Атрибут — веер из хвоста павлина. Далай-лама считается воплощением Авалокитешвары и регулярно проводит инициации Авалокитешвары.

На тех, кто претерпел мириады мучений,  
Отдал свою драгоценную жизнь,  
тело, состояние  
Ради учения, практики, людей  
И нации.

Пламенные молитвы возносит Заступник  
Ченрезиг  
Пред Буддами и Бодхисаттвами,  
Дабы защитить Страну Снегов.  
Пусть благие плоды этих молитв не замедлят  
явиться.

В силу глубинной зависимости форм  
Пустоты и относительности,  
Вместе с силой сострадания  
Трех Драгоценностей и этих Слов Истины.  
Силой незыблемого закона причин  
и следствий,  
Пусть эта искренняя молитва не знает преград  
и будет услышана вскоре.

Составлена Его Святейшеством Тензином Гьяцо, XIV Далай-ламой Тибета, 29 сентября 1960 в его временной штаб-квартире в Сварг Ашраме, в Дарамсале, Индия. Эта молитва о возвращении мира на землю Тибета, о возрождении Учения Будды, тибетской культуры и самоопределении тибетского народа была написана после многочисленных обращений представителей Тибетского правительства при единодушной поддержке монахов и мирян.

\* \* \*

Мы твердо убеждены, что буддизм, существующий на земле уже больше 2500 лет и вобравший в себя традиции всех религиозных учений — сострадание, доброту, терпимость и самодисциплинированность, — может сыграть очень важную роль в наше непростое время. Ведь он развивает уникальную концепцию взаимосвязанности, созвучную современной науке.

Это великолепная антология представляет вашему вниманию основные темы буддийского учения, описанные словами самого Далай-ламы в простой, ясной и удобочитаемой форме.

Мы рекомендуем эту книгу как лучшее введение в буддистское учение и верим, что она окажется незаменимым помощником для всех, кто захочет его понять.

Мы надеемся, что книга эта получит широкое распространение в наше тяжелое время, когда вечные слова Далай-ламы о мире, сострадании и терпимости так необходимы всем, а Землю нашу сотрясают тысячи страшных бед.

*Алан Джейкобс,  
Президент фонда Шри Бхагаван Рамана  
Махарши<sup>1</sup>, Великобритания*

---

<sup>1</sup> Шри Рамана Махарши (30 декабря 1879 — 14 апреля 1950) — известный индийский философ и мудрец. Махарши относят к представителям неoadвайты. Его основной метод — медитативное самоисследование через вопрос: «Кто есть я?». Рамана утверждает, что прежде, чем пытаться познать окружающий мир, необходимо познать самого себя.

\* \* \*

Поистине великая честь — написать предисловие к этой антологии, которую я с разрешения Его Святейшества XIV Далай-ламы составил из множества его речей и печатных работ.

Его Святейшество XIV Далай-лама Тензин Гьямцхо на сегодняшний момент, без сомнения, является самым известным духовным лидером. Почитаемый и уважаемый простой буддийский монах, очень скромный и честный, он любим во всем мире.

Эта любовь существует не только потому, что Тензина Гьямцхо ценят за его смелость и решительность, но также и потому, что он является человеком, который может увлечь и обучить тех, кто ищет высочайшую религию из всех, что только существуют на земле, тех, кто хочет узнать этические принципы, равных которым не знает человечество. Мы живем в мире, который не просто морально несовершенен, но в мире, который ищет путь к счастью и спокойствию для всех своих обитателей. Далай-лама всю свою жизнь посвятил решению этой проблемы, и мы, быть может, доживем до исполнения его желаний.

Его книги и лекции — это шедевры, столь ясны они и доходчивы. У него есть отличная команда из людей, прекрасно владеющих английским. Он является и духовным, и мирским лидером Тибетского народа<sup>1</sup>, на долю

---

<sup>1</sup> Возглавлял Тибетское правительство в изгнании до 27 апреля 2011 г. (его сменил Лобсанг Сангай).

которого выпало много мучений; мало того, он — живой пример простого буддийского монаха, который отличается не только мудростью, щедростью и редким красноречием, но наделен сердечностью и имеет отличное чувство юмора.

*Основы учения Далай-ламы это: Доброта, Любовь, Сострадание и Альтруизм. Эти вечные ценности признаются всеми мировыми религиями, но никто не расскажет о них лучше Его Святейшества, который следует им и в своих мыслях, и в своих поступках.*

Он — яркий защитник окружающей среды, ибо верит, что только так можно спасти планету; он — защитник разумных существ (не важно люди это или животные), и поэтому он не знает границ между странами.

После жестокого захвата Тибета Китаем он вместе с другими монахами, настоятелями и духовными лидерами оказался в изгнании, но не переставая добивался возвращения своей стране утраченной свободы, оставаясь в рамках «мирного» и разумного диалога. Им проводятся многочисленные переговоры о возвращении политической и экономической свободы своему народу.

Мировое сообщество (как ООН, так и другие организации, пропагандирующие мир и процветание человечества) неоднократно удостоивало его своих наград.