

Храмовые Правила

Написаны дзэн мастер Сунг Саном

1. О сохранении ума Бодхи

Прежде всего, вы должны принять твердое решение достичь просветления и помочь другим. Вы уже приняли пять или десять обетов. Знайте, когда соблюдать их и когда нарушать, когда запреты наложены и когда сняты. Отпустите свое маленькое "я" и станьте своим истинным "я".

В изначальной природе
Нет этого и того
Зеркало Великой Основы
Не знает "нравится" и "не нравится".

2. О внимательности

Не цепляйтесь за свои мнения. Не обсуждайте личные взгляды с другими. Цепляние за свои мнения и их защита разрушают вашу практику. Отложите все мнения. Это истинный буддизм.

Не ходите туда, где у вас нет дел. Не слушайте разговоров, которые к вам не относятся.

Не создавайте дурной кармы желаниями, страстями и неведением.

Если в этой жизни
Ты не откроешь свой ум,
То не сможешь усвоить
Даже капли воды.

3. О поведении

Делайте все вместе с остальными. Не ставьте себя выше других, делая по-другому. В храме не допустимо высокомерие.

Деньги и секс подобны свирепой змее. Отложите подальше свои отношения с ними.

В дхармовом зале ходите всегда позади сидящих в медитации. На лекциях и церемониях сохраняйте правильную позу и будьте аккуратны в одежде. Не болтайте и не смейтесь в зале дхармы.

Если у вас дело за пределами храма, которое заставляет вас пропускать церемонии или время еды, предупредите кого-нибудь из распорядителей перед уходом.

Уважайте тех, кто старше вас. Любите тех, кто младше вас. Сохраняйте широкое и открытое сознание.

Если вы встретили больного человека, отнеситесь к нему с любовью и помогите ему. С посетителями будьте гостеприимны. Сделайте им приятное и займитесь их нуждами.

Когда храм посещают уважаемые люди, поклонитесь и будьте внимательны к ним.

Будьте предупредительны. Всегда позволяйте другим пройти вперед вас.

Помогайте другим.

Не играйте с другими в игры.

Не сплетничайте.

Не пользуйтесь чужой обувью и одеждой.

Не цепляйтесь за писания.

Не спите больше необходимого времени. Не будьте развязанными.

Давайте возможность более старым и уважаемым людям сесть впереди вас.

Не обсуждайте мелкие храмовые дела с гостями.

Когда выходите за пределы храма, отзывайтесь о нем хорошо.

Пьянство и похотливое поведение только лишь создадут плохую карму и разрушат вашу практику. Вы должны быть тверды и иметь ясную голову, тогда эти желания не смогут вас соблазнить.

Не обманывайте себя в размышлениях, что вы — великая и свободная личность. Это не истинный буддизм.

Смотрите только на самих себя, не судите о действиях других людей.

Не создавайте плохую карму убийством, воровством и похотью.

Изначально не было ничего.

Но Будда шесть лет практиковал под деревом Бодхи,

И Бодхидхарма девять лет молча сидел в Сорим.

Если ты сможешь разрушить стену самого себя,

Ты станешь бесконечен во времени и пространстве.

4. О речи

Злой язык доведет до гибели. Держите рот на замке и открывайте его только при необходимости.

Всегда говорите хорошее, как бодхисаттва. В храме не употребляйте вульгарных выражений.

Если вы видите двух спорящих людей, не провоцируйте их недобрыми словами. Наоборот, используйте добрые слова, чтобы унять их злобу.

Не создавайте дурную карму ложью, хвастовством, увеличивая трудности в отношениях между людьми, ругая других.

Один человек 500 раз перерождился лисицей, потому что говорил неправильно. Он потерял лисье тело только когда услышал правильную речь. Что такое правильная и не правильная речь?

Если вы откроете рот, я ударю вас тридцать раз.

Если вы закроете рот, я все равно тридцать раз вас ударю.

Вы должны ухватить коан и не отпускать его.

Лаает собака. Гав, гав, гав!
Мяукает кошка. Мяу, мяу, мяу.

5. О еде

Один великий учитель сказал: "День без работы — день без еды".

Труд бывает двух видов: внутренний и внешний. Внутренний труд состоит в сохранении чистого ума. Внешняя работа — это оставление своих желаний и помощь другим.

Сначала трудитесь, потом ешьте.

Ешьте в тишине. Не создавайте ненужного шума. Во время еды занимайтесь собой и не заботьтесь о том, что делают другие.

С благодарностью принимайте то, что дают. Не привязывайтесь к своим "нравится" и "не нравится".

Не ищите удовольствия в еде. Ешьте лишь для поддержания себя и своей практики.

Хотя всю свою жизнь вы можете есть хорошую еду, тело все равно умрет.

Великий путь не труден.
Просто отбрось мысли о хорошем и плохом.
Соль соленая.
Сахар сладкий.

6. О формальной практике

Во время формальной практики делайте все вместе с другими.

Не ленитесь.

Во время пения следуйте моктаку.

Во время сидения следуйте чугпи.

Проникните в истинное значение песнопений и сидения и поступайте соответственно.

Поймите, что накопленная вами дурная карма велика, как гора. Сохраняйте это сознание, как будто кланяетесь в раскаянии.

Наша карма не имеет собственной природы, но создана умом. Если ум потушен, то прекратится и карма. Когда вы воспринимаете оба эти предмета как пустотные, тогда это — истинное раскаяние. Мы кланяемся, чтобы узреть свою истинную природу и помочь другим.

Крики в долине.

Большой крик: большое эхо.

Маленький крик: маленькое эхо.

7. О дхармовой речи

Когда слушаете слова учителя дзэн, держите ум в чистоте. Не будьте привязаны к словам. Отбросьте всякое мышление и проникните в истинное значение.

Не думайте так: "я уже обладаю великим пониманием, эта речь не приносит мне пользы". Это заблуждение.

Если есть вопросы, обратитесь к учителю дзэн после дхармовой речи.

Когда пьет змея, вода становится ядом. Когда пьет корова, вода становится молоком. Цепляясь за неведение, вы создаете жизнь и смерть. Оставаясь чистым, вы становитесь Буддой.

В великом труде жизни и смерти время тебя ждать не станет.

Если ты завтра умрешь, какое тело получишь?

Бывают ли более важные вещи?

Торопись! Не мешкай!

Синева неба и зелень моря —

Это изначальное лицо Будды.

Звук водопада и песня птицы —

Это великие сутры.

Куда ты идешь?

Следи за шагами.

Вода стекает к морю.

Облака взлетают до небес.