

Перевод с французского

Le Bouddha Gautama

Будда Гаутама

LA PRATIQUE SUBLIME

*ou
comment atteindre l'Eveil
en une seule vie*

ВОЗВЫШЕННАЯ ПРАКТИКА,

*или
Как достичь Просветления
за одну жизнь*

**Под редакцией
Александра Морьясона**

ÉDITIONS MORYASON

Boîte Postale 175
92406 – Courbevoie Cedex (France)
www.moryason.com

2024



КНИЖНЫЕ СЕТИ

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ БУТИК

МОСКВА 2026

УДК 24-277
ББК 86.35
Б90, М80

16+

Перевод с французского *Роман Нутрихин*
Художественное оформление издания
на русском языке *Сати Серова*

Иллюстрация на обложке:

«Будда». *Одilon Редон (1840–1916), 1904 г.*
Музей Ван Гога, Амстердам (Нидерланды)

*Все иллюстрации, используемые в данном издании,
за исключением тех, которые находятся в общественном
достоянии, — © Éditions MORYASON.*

*Благодарим Б. Г.
за этот дар*

Б90 Будда Гаутама

М80 Под редакцией Александра Морьясона

**Возвышенная практика, или Как достичь Просветления
за одну жизнь; [пер. с фр.]. — М.: Издательский бутик
«Книжные Сети», 2026. — 80 с.: ил.**

ISBN 978-5-6056542-4-7

Книга известного современного французского эзотерика и адепта герметической традиции Александра Морьясона уникальна своими ценными рекомендациями для тех, кто хочет интегрировать буддийские практики в арсенал своих духовных упражнений, оставаясь при этом в лоне Западного Эзотеризма. Автор понятным для нашего времени языком излагает «Маха Сатипаттхану Сутру» Будды Шакьямуни — «йогу внимания», выполнение которой позволяет наиболее быстрым и эффективным способом достичь Просветления. Здесь впервые публикуется сокровенный дневник жившего в IX веке китайского чань-буддиста Сун Цзяна, описавшего собственный опыт практики Сатипаттханы в течение сорока восьми дней и её замечательные результаты. Прикладной характер данного руководства делает его необыкновенно полезным на пути к духовной самореализации.

УДК 24-277
ББК 86.35

ISBN 978-5-6056542-4-7

© Éditions MORYASON, 2024

© ООО «Книжные Сети» (Издательский бутик «Книжные Сети»),
издание на русском языке, 2026



Будда Шакьямуни
в ВИРАСАНЕ, в МОМЕНТ ПРОСВЕТЛЕНИЯ

Этот тип изображения ассоциируется в буддизме
с традицией Тхеравады

Скульптор неизвестен (1300–1499), Таиланд
Государственный музей (Рейксмюсеум) в Амстердаме,
Нидерланды

ПРЕДИСЛОВИЕ

На протяжении долгого времени многочисленные читатели нашего издательства просили нас поделиться более подробными сведениями о буддизме — в частности, о возможности следовать его Учениям, придерживаясь одновременно Пути Традиции Западного Эзотеризма.

Мы направляли ответы в индивидуальном порядке и продолжаем делать это до сего дня. Столь искреннее стремление читателей к духовному росту побудило нас изложить здесь одну из фундаментальнейших практик, дарованных Буддой, что позволяет достичь значительных успехов в данном направлении.

Такой практике следовал некий китаец по имени Сун Цзян, живший в IX веке н. э. Он описал свой духовный опыт в тетради, по счастью, дошедшей до наших дней. Эта небольшая книжка является бесценным документом, который мы тут и представляем. Рукопись передал нам практикующий последователь Учений **Чань** — *китайского буддизма*. Он допустил лишь единственную публикацию, не раскрывая дальнейших подробностей, поскольку всё, что сверх того, должно сохраняться в тайне. Мы выражаем ему глубокую признательность за столь великодушный жест.

Всё излагаемое далее основано на Поучениях Будды. Оттого именно Он является подлинным автором данной книги. Наша задача была куда более скромной — лишь разъяснить настоящую практику.

Мы обратились к Пути буддизма, прежде всего в Китае, и его метафизическим основам, ибо они раскрывают природу Вселенной, живых существ и, следовательно, саму цель нашего существования.

Надеемся, что все, ищущие Света на избранном ими Пути, ведущем к Высшему Сознанию, сумеют извлечь для себя пользу из этих Поучений.

Александр Морьясон
Апрель 2024 г.

ВВЕДЕНИЕ



ЛАО-ЦЗЫ ВЕРХОМ НА БУЙВОЛЕ

Художник Чжан Лу (1464–1538)
Национальный дворцовый музей в Тайбэе

Мы рады передать эту основополагающую практику Пути к Просветлению — «возвращению» каждого из нас к Божественному Сознанию. Чтобы лучше её понять, разберём, что она собой представляет и как вообще буддизм пришёл в Китай.

На протяжении почти трёх веков правления династии Тан (618–907 гг.) Китай переживал длительный период благоденствия и культурного расцвета. Страна была усилена предшествующей династией¹, что позволило развиваться как искусствам, так и метафизическим поискам.

Последние опирались на три Школы, наиболее известной из которых, начиная с III века до н. э., стал *даосизм*, хотя он существовал и до этого — уже без малого три столетия. Его доктрина перекликается с Учениями *первоначального бон*, известного в Тибете восемьюстами годами ранее — то есть с XI века до н. э.

Суть первоначального бон оказалась заново открытой четыре сотни лет спустя в Учении *Будды Сиддхартхи Гаутамы*, также известного как *Шакьямуни*² (VII–VI вв. до н. э.), чьи наставления обладают поистине безграничной ценностью.

В Китае буддизм распространился около 520 года н. э. стараниями адепта Бодхидхармы. *Из соединения буддийской проповеди Бодхидхармы с традиционным даосизмом и возник Чань.*

Даосизм, величайшим Учителем которого был *ЛАО-ЦЗЫ* (VI–V вв. до н. э.), придерживается тех же воззрений на происхождение Вселенной, всех миров вообще и населяющих их существ, что и первоначальный бон, индуистский мистицизм, эзотерический буддизм, Чань,

¹ Династия Суй (581–618 гг.) (здесь и далее — примечания французской редакции).

² Сиддхартха Гаутама — Будда. Согласно научным исследованиям, он жил между 623 и 543 гг. до н. э.

Каббала в наиболее сокровенных её аспектах, а также суфизм и гнозис.

Отличие заключается лишь в форме изложения, используемой символике и персонификации (как в Индии, так и в иных местах³) Универсальных Принципов через образы различных божеств.

Проще говоря, *главное во всех этих течениях состоит в следующем: то, что именуют «Божественностью», «Божественным», «Тем, Что Есть», «Богом»⁴, — это Единая Сущность, Неделимая Жизнь, проявляющаяся через Вселенную, все миры, обитающих там существ и всё бытие в целом. Она есть Изначальное Пространство, из Коего проистекают все явления⁵, и Она же присутствует во всех этих феноменах.* Она — Абсолютная Божественность, единственная истинная Реальность, в которую мы должны «вернуться», трудясь над растворением собственного «я», или «эго», но сохраняя при этом развитое нами сознание. Упомянутое «эго» представляет собою лишь мираж перед лицом единой Реальности.

Этим объясняется ключевая задача и, стало быть, цель любых духовных упражнений во всех перечисленных Школах: *«проделать работу над собой для устранения иллюзии „я“»* — такова каноническая формула Чань.

³ Как и в Египте и Греции, здесь вновь присутствует некоторая двусмысленность, приводящая к путанице между олицетворением Универсальных Принципов и высокоразвитыми Существами из других Созвездий нашей Галактики, которые также почитались за «Богов» человечеством на заре его существования.

Эта тенденция к «очеловечиванию» Универсальных Принципов в форме Божеств, несомненно рассматриваемая как назидательная, встречается в ряде практик тибетского буддизма. Многочисленные Божества сливаются там с Великими Просветлёнными — одни ассоциируются с другими посредством Вселенского Принципа, который всякий Пробуждённый наиболее ясно выражает в своих Учениях и на примере собственной жизни.

⁴ К сожалению, в «религиях Книги» Он антропоморфизуется — и в экзотерическом иудаизме, и в экзотерическом христианстве, и в экзотерическом исламе.

⁵ Он/Она манифестирует Себя в проявленных феноменах — Творении.

~

В этой книге мы, со своей стороны, излагаем Доктрину Учителя — **коренной текст Будды**, содержащий настоящую практику, а также необходимые пояснения к ней.

Здесь публикуется **Тетрадь Сун Цзяна**, полученная нами от нашего друга — последователя Чань. Перед нами духовный опыт, пережитый китайским адептом в течение сорока восьми дней благодаря ежедневному усердному применению рассматриваемых Наставлений Будды.

Всё это находится в полном соответствии с нашими прежними книгами⁶.

Франц Бардон настоятельно рекомендовал своим читателям придерживаться таких основных практик, изложенных в Ступени I трактата *«Врата к истинному Посвящению»*⁷.

Кармическое очищение, обновляющее нашу физическую и тонкую структуру (составляющие её Четыре Стихии) посредством Теургии, или Божественной Магии, значительно облегчает духовную практику, данную Буддой, которой следовал Сун Цзян и о которой не уставал напоминать нам Франц Бардон.

Мы убеждены, что вы сумеете по достоинству оценить бесценный дар, заключённый не только в этом Учении, но и, прежде всего, в дивных плодах его претворения в жизнь.

Да будет всё вам благоприятствовать.

Редакция издательства
MORYASON

⁶ Например, работы **Экхарта Толле** являются превосходным руководством для прохождения данного Пути.

⁷ См.: *Франц Бардон. Врата к истинному Посвящению*. Перевод с чешского А. Сорокиной. М.: Издательский бутик «Книжные Сети», 2024. 480 с. (примечание русской редакции).

Оглавление

ПРЕДИСЛОВИЕ • 7

ВВЕДЕНИЕ • 9

МАХА САТИПАТТХАНА СУТРА

ОСНОВА ПРОБУЖДЕНИЯ • 13

ПРИНЦИП • 15

СОЗНАНИЕ • 15

ЧЕТЫРЕ ВИДА ОСОЗНАННОСТИ • 17

- 1 — Вниманию к телу 17
- 2 — Вниманию к ощущениям 18
- 3 — Вниманию к эмоциям 19
- 4 — Вниманию к мыслям 19

ПРАКТИКА • 23

ПЯТЬ ЭТАПОВ ДАННОЙ
ПРАКТИКИ • 23

- 1 — Касается дыхания, движений тела,
его положений и речи 24
- 2 — Затрагиваются ощущения,
производимые пятью органами чувств ... 25
- 3 — Наблюдение за своими эмоциями 26
- 4 — Осознание факта мышления
и наполнения нашего ума 27
- 5 — Одновременное упражнение
на всех четырёх ступенях 28

ДРУГИЕ РЕКОМЕНДУЕМЫЕ
ПРАКТИКИ • 31

- Ходьба* 31
- Ретроспективный обзор дня* 32
- Регулярные медитации о нашем
месте во Вселенной* 33

КАК СОЧЕТАТЬ ДВА ПОТОКА:
буддийскую практику и теургию,
в соответствии с западной эзотерической
традицией • 35

РЕЗУЛЬТАТЫ • 37

«ПУТЬ МЕДВЕДЯ»

ОБРЕТЕНИЕ «ПРОБУЖДЕНИЯ»
в Китае VI–X столетий • 41

ТЕТРАДЬ СУН ЦЗЯНА • 43

Практика «Осознания Настоящего»,
или «Четыре Основы Внимания»
согласно Будде Шакьямуни