

## ОРКСЭ ЗАДАНИЕ 5-м классам

### 1. ПОСМОТРЕТЬ ФИЛЬМ ПО ССЫЛКЕ ИЛИ НА САЙТЕ ШКОЛЫ

<https://www.youtube.com/watch?v=ERg4ku0WCeU>

2. Прочитать текст.

3. Ответить устно на вопросы.

- 1) Что заставило принца покинуть роскошный дворец своего отца, беззаботную жизнь и даже отказаться от права наследования трона?
- 2) Что означает слово «Будда»?
- 3) В чём принципиальное отличие его Учения от других философских и религиозных концепций?

4. Написать в тетрадь определения слов, как их понимал Будда (взять их из текста и фильма):

- любящая доброта –
- сострадание –
- сорадование –
- беспристрастность –
- реинкарнация –
- закон кармы –
- мантра -

Сфотографированную страничку тетради с выполненным заданием прислать в вайбере классным руководителям, они перешлют мне для оценки.

### **Буддизм — одна из мировых религий.**

Основой для зарождения буддизма как мировой религии стало Учение Будды, которое принёс в наш мир Будда Шакьямуни ещё две с половиной тысячи лет назад. Родившись царевичем в семье влиятельного правителя, принц Сиддхартха треть жизни прожил во дворце своего отца, но затем покинул его, стал отшельником и долгие годы посвятил практике медитации, чтобы постичь Истину.

#### **Возникновение буддизма: кратко для детей**

Две с половиной тысячи лет назад где-то в районе современной северной Индии в семье царя Шуддходаны родился мальчик, которого назвали Сиддхартхой. Когда у царя родился наследник, которого он ждал много лет,

во дворец пригласили мудреца Аситу, чтобы тот предсказал судьбу новорожденного. Когда же мудрец Асита увидел мальчика, он заплакал. Отец принца встревожился и спросил у мудреца, почему он плачет. На что тот ответил, что сыну царя суждено стать Буддой — «пробудившимся ото сна», — познать Истину и поделиться этой Истиной со всеми. Отец принца не хотел мириться с тем, что наследник трона станет отшельником, и решил окружить сына богатством, роскошью и блаженством, чтобы тот никогда не познал страданий и нужды и, как следствие, чтобы у него даже не возникло мысли о том, что нужно искать какие-то методы избавиться от страданий.

Сказано — сделано. Царь Шуддходана велел выслать из города Капилавасту, в котором размещался его дворец, всех старых, больных, немощных и нищих людей. Царь с детства окружил сына только красивыми, молодыми и жизнерадостными людьми. По ночам слуги даже срезали в царском саду увядшие цветы, чтобы принц Сиддхартха был в полной иллюзии абсолютного совершенства мира. И именно так Сиддхартха жил 29 лет своей жизни, пребывая в полной иллюзии, что все люди счастливы, никто не страдает и у всех всё хорошо. Но затем с принцем произошла история, которая навсегда перевернула его жизнь.

Однажды принц решил отправиться на прогулку. Отец строгойше запрещал сыну выходить за пределы дворца, однако тот хотел посмотреть, как живёт его народ. Во время этой прогулки принц Сиддхартха встретил сначала старика, затем человека, который лежал посреди улицы и бился в лихорадке, а потом — похоронную процессию.

Так принц узнал о том, что люди не могут быть вечно молодыми, что существуют старость, болезнь, смерть и другие страдания. Молодой принц был шокирован таким открытием, ведь 29 лет своей жизни его окружали только молодые, красивые и счастливые люди, он купался в роскоши и блаженстве и думал, что все люди так живут, и никто в этом мире не страдает.

Эти три встречи перевернули сознание принца, и он понял, что мир полон страданий и, самое главное, старости, болезни и смерти не избегнет никто в его государстве, в том числе его любимая семья и он сам. Однако впереди принца ждала ещё одна судьбоносная встреча — четвёртая. Уже возвращаясь во дворец, принц встретил отшельника, который ходил в простой накидке, просил подаяния, а всю жизнь посвятил медитациям и поиску истины. Принц был настолько поражён умиротворённостью и спокойствием отшельника, а также его простым отношением к жизни, что впоследствии решил тоже достичь такого состояния. Вернувшись во дворец, Сиддхартха долго обдумывал увиденное и принял решение покинуть отцовский дворец, чтобы найти способ избавиться от страданий и, самое главное, потом рассказать об

этом способе всем людям. Ночью принц в сопровождении своего слуги покинул отцовский дворец. Доехав до границы царства своего отца, он попрощался со слугой, облачился в одежду отшельника и отправился на поиски истины.

Долгие семь лет Сиддхартха посвятил этим поискам — он обучался у различных учителей йоге и медитации. Сиддхартха сознательно подвергал себя различным лишениям и ограничениям: спал под открытым небом, ограничивал себя в пище. Он настолько истощил своё тело, что чуть не умер от голода, но добрая девушка Суджата, обнаружив его без сознания, накормила Сиддхартху рисом. Тогда он понял, что излишнее самоистязание не ведёт ни к чему хорошему, и сел под деревом, принял намерение погрузиться в медитацию и не выходить из неё до тех пор, пока не постигнет истину. 49 дней и ночей Сиддхартха провёл в медитации. Чтобы этому помешать, к нему приходил демон Мара, присылал своих дочерей и пытался напугать Сиддхартху своим войском из демонических существ. Но Сиддхартха выдержал все испытания и на 35 году жизни, ровно в ночь своего рождения, достиг пробуждения и стал именоваться Буддой, то есть «пробудившимся».

Познав Истину, Будда, как и планировал, начал делиться ею с людьми. Первыми, кому он прочитал проповедь, были его товарищи, с которыми он медитировал ранее. Это были пять отшельников, которым он и прочитал свою первую проповедь. Именно эта проповедь и стала основой Учения Будды. Какую же истину Будда поведал своим товарищам?

Будда рассказал своим друзьям-отшельникам о том, что познал сам. Он объяснил им, что жизнь полна страданий и все живые существа, так или иначе, их испытывают. Это происходит потому, что жизнь переменчива, всё очень быстро меняется и это причиняет страдания. Поэтому в мире так много страданий, причиной которых являются, как сказал Будда, человеческие желания и привязанности.

К примеру, если человек очень любит употреблять какую-то определённую пищу, она доставляет ему удовольствие, и он стремится постоянно есть именно эту пищу, то её отсутствие будет причинять ему страдания. К тому же, эта пища может быть ещё и вредной, как это часто бывает, и, употребляя её, человек будет причинять вред своему здоровью. В итоге это всё приведёт к страданиям, причиной которых является привязанность к определённой пище. И так во всём: любые привязанности приводят к страданиям.

Что же Будда предложил в качестве выхода из этой ситуации? Будда сказал, что состояние, когда нет привязанностей и, как следствие, нет

страданий, достижимо. Это состояние называется нирваной. И чтобы достичь такого состояния, Будда рекомендовал своим последователям соблюдать восемь предписаний:

1. Правильное воззрение, то есть понимание основ Учения Будды.
2. Правильное намерение, желание достичь состояния «нирваны», а также быть доброжелательным по отношению ко всем живым существам.
3. Правильная речь (избегать грубых слов, лжи, сплетен и так далее).
4. Правильное поведение. В первую очередь, речь идёт о том, чтобы не причинять вред живым существам, как людям, так и животным: не убивать, не обманывать, не воровать и так далее.
5. Правильный образ жизни. Следует отказаться от тех видов заработка, которые причиняют вред живым существам. Любой вид заработка, который кому-либо причиняет страдания, считается недопустимым.
6. Правильное усилие. Следует сосредоточить свои силы на том, чтобы двигаться по пути освобождения от страданий.
7. Правильное памятование. Следует постоянно осознавать и контролировать свои поступки, слова и мысли.
8. Правильное сосредоточение. Следует обучиться медитации и регулярно её практиковать. Медитация — это главный метод для устранения страданий.

Именно эту истину поведал Будда своим товарищам-отшельникам во время своей первой проповеди. И именно она легла в основу современного буддизма.

### **Интересное о буддизме для детей**

Помимо первой проповеди, Будда прочитал своим ученикам ещё множество проповедей. И помимо стремления к личному освобождению от страданий, он призывал своих учеников также помогать на этом пути и другим. Будда призывал возвращать в себе четыре самых главных качества: любящую доброту, сострадание, сорадование и беспристрастность. Под любящей добротой следует понимать доброжелательное отношение ко всем живым существам и готовность помочь им, а также воздержание от проявления гнева и ненависти. Под состраданием следует понимать полное осознание того, что живые существа страдают, и не быть к этому безразличным. Сорадование — значит разделять с окружающими их радости, не завидовать им, радоваться их успехам. А беспристрастность — это равностное, одинаково благожелательное отношение ко всем. Будда призывал не разделять окружающих на тех, кто нам нравится, и тех, кто не нравится. Следует одинаково хорошо относиться ко всем.

Интересно, что Будда, достигнув Просветления, вспомнил все свои прошлые жизни, а также узнал о том, как устроен мир, как происходит процесс

перевоплощения и так далее. И, познав всё это, именно на основе этих знаний он дал своим ученикам рекомендации для максимально гармоничной и счастливой жизни. К примеру, достигнув Просветления, Будда узнал о так называемом законе кармы, который можно описать простой поговоркой: «Что посеешь, то и пожнёшь». И именно с этой точки зрения он призывал своих учеников не совершать плохих поступков, потому что всё, что мы совершаем, к нам возвращается.

Делаем добрые дела — так же будут поступать и с нами, совершаем зло — то же самое вернётся и к нам. И Будда увидел в момент Просветления, что этот закон работает всегда и в отношении всех живых существ. И сегодня большинство людей страдают именно потому, что не знают или не верят в этот закон. И от этого Будда предостерегал своих учеников. Неверие в закон кармы он называл самым тяжёлым заблуждением, которое приносит людям много вреда. Потому что, не понимая закон кармы, люди совершают зло и потом то же самое получают в ответ.

Также Будда в момент Просветления узнал и о реинкарнации — процессе, в ходе которого живое существо умирает, а затем рождается снова, но в другом теле. Это может быть тело человека, животного и так далее. И от нашей нынешней жизни напрямую зависит то, кем и в каких условиях мы родимся после смерти. Таким образом, после смерти ничего не заканчивается. Смерть — это то же самое, что вечером заснуть, а утром проснуться, только уже в другом теле и в других условиях. И чтобы родиться в хороших условиях, Будда предостерегал своих учеников от совершения зла, которое может повлиять на последующее рождение.

Именно в этом базовое отличие Учения Будды от многих других учений: наставления и советы Будды основаны на его личном опыте, на той истине, которую он смог познать. Советы, которые дал нам Будда, позволяют нам счастливо и гармонично жить. В этом главное их преимущество: эти советы просты и эффективны.