

ПРАКТИКИ ТРАНСФОРМАЦИИ СОЗНАНИЯ В БУДДИЙСКОЙ КУЛЬТУРЕ: ДЕАВТОМАТИЗАЦИЯ И РЕСЕМАНТИЗАЦИЯ

© 2017

С.Л. Бурмистров

Буддийская религиозная идеология, равно как и идеологии других мировых религий, полагает бытие человека таким, каков он есть, категорически неудовлетворительным и исходит из предположения, что оно может и должно быть радикально трансформировано. Целью трансформации выступает особое состояние, которое называется *нирвана* (санскр. *nirvāṇa*, пали *nibbāṇa*) или *просветление* (санскр. *bodhi*), — состояние, кардинально отличное от того, в котором пребывает человек от рождения. Суть его — в прекращении всех аффектов (санскр. *kleśa*, пали *kilesa*), побуждающих живое существо бесконечно стремиться к поддержанию своего существования и привязывающих его к колесу перерождений (санскр., пали *saṃsāra*), полному страданий. Тезис о сансарическом существовании как о бытии, неотъемлемым свойством которого является страдание (санскр. *duḥkha*, пали *dukkha*) — центральное догматическое положение буддизма, провозглашенное самим основателем учения. Уже на самых ранних этапах истории буддизма практики, трансформирующие сознание так, чтобы страдание было преодолено, стали важнейшим компонентом буддийской культуры (в этом отношении буддизм был полноправным наследником более ранней индийской религиозной культуры, в которой психотехника еще до Будды играла существенную роль).

Общеизвестно, что одним из основополагающих тезисов буддийской философии, провозглашенным еще самим Буддой, был тезис о несуществовании какой бы то ни было субстанциональной души (санскр. *ātman*), которая могла бы переродиться и претерпевать в следующей жизни последствия своих поступков, совершенных в этой. Но принцип *anātman* (пали *anattā*, букв. “не-душа”, отрицание существования перерождающейся вечной души) не отменял существования эмпирического сознания. Структура психики в брахманистских религиозно-философских системах представлялась в общих чертах такой: су-



**ЧЕЛОВЕК В
РЕЛИГИЯХ
МИРА**



**Бурмистров
Сергей
Леонидович** —
доктор философ-
ских наук, ведущий
научный сотрудник
Института восточ-
ных рукописей
РАН. Постоянный
автор журнала.
E-mail: s.burmistrov
@hotmail.com



существует эмпирическое сознание — то, которое мы обычно отождествляем с сознанием вообще, ответственное за познание внешних объектов и саморефлексию; а за ним, никогда не данное нам непосредственно, существует подлинное Сознание (в санкхье оно называется *riguṣa*, в монистической веданте — *ātman*), благодаря которому только и имеет место быть сознание эмпирическое. Благодаря вечному и неизменному Атману единство личности сохраняется на протяжении бесконечного множества перерождений. Это дает возможность, в частности, “вспомнить” свои прошлые перерождения тому, кто достиг высоких ступеней религиозного развития.

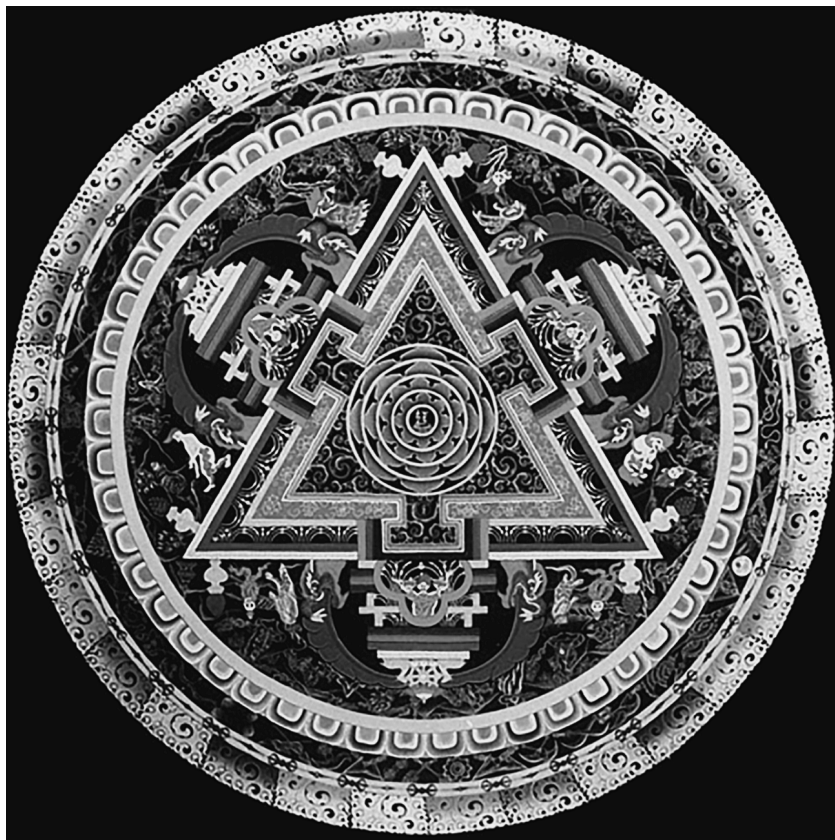
В буддизме понятия, аналогичного ведантистскому Атману, нет — принимается лишь существование множества элементарных психофизических состояний — дхарм (*санскр.* *dharma*, *пали* *dhamma*), коих разные буддийские школы насчитывают от 75 до 100 [9, с. 227–228], причем каждое такое состояние мгновенно (*санскр.* *ksāṇika*), и, едва возникнув, сразу же уступает место другому. Это поставило перед буддийскими мыслителями проблему обоснования кармического воздаяния без субъекта, по отношению к которому это воздаяние осуществляется. Если в брахманистских системах задачей адепта было такое преобразование эмпирического сознания, в результате которого оно перестало бы препятствовать проникновению истинного Сознания (*ātman*, *riguṣa*) на уровень обыденного, и человек отождествлял бы свое *я* не с изменчивым и смертным эмпирическим сознанием, а с Сознанием истинным, то в буддизме необходимо было преобразовать само множество дхарм так, чтобы страдание исчезло и безначальное колесо перерождений прекратило бы для адепта свое вращение.

Преодоление страдания согласно буддийской философии начинается с преодоления неведения (*санскр.* *avidyā*, *пали* *avijjā*) относительно истинной природы нашего *я* и его отношения к другим объектам мира. В двенадцатичленной формуле закона взаимозависимого возникновения (*санскр.* *prataītya-samutpāda*, *пали* *paṭīssa-samuppāda*) именно неведение идет первым, за ним следуют кармические формирующие факторы (*санскр.* *saṃskāra*, *пали* *saṃkhāra*), за ними — перерождающееся сознание (*санскр.* *vijñāna*, *пали* *viññāna*), которое служит причиной появления соответствующего ему психофизического комплекса (*санскр.*, *пали* *nāmarūpa*) и т. д. Восьмое и девятое звенья закона — это жажда (*санскр.* *trṣṇā*, *пали* *taṇhā*) и привязанность (*санскр.*, *пали* *upādāna*) [7, с. 60], которые и закрывают живому существу выход из сансары — точнее, не дают этому комплексу дхарм, который мы ошибочно принимаем за некое единое и относительно неизменное целое, исключить приток аффектов и обрести покой.

Главным объектом привязанности является наше *я*, ради которого человек и совершает все свои действия. Как замечает современный буддийский мыслитель Анагарика Говинда, «со-

знание колеблется между предельными состояниями Дифференциации и Однородности. Согласно буддийской точке зрения, Однородность есть первоначальное, важнейшее состояние разума, тогда как поверхностное сознание, или сознание в общепринятом смысле слова, может быть определено как феномен сопротивления — препятствия в потоке бытия, по аналогии с возникновением тепла и света, выделяющихся на сопротивлении при прохождении через него электрического тока. “Поверхностное сознание” является наиболее дифференцированным. По мере нашего самоуглубления дифференциация убывает, а воссоединение возрастает. Поэтому мы и называем это однородное сознание, или приближающееся к нему, сознанием глубинным, или “фундаментальным сознанием”. Амплитуда колебания между поверхностным и глубинным уровнями аналогична *интенсивности* сознания. Концепция *эго* есть плод исключительно поверхностного сознания, ибо *эго* способно существовать только там, где имеются различия, а, следовательно, противоупоставление *эго* — *не-эго*. Чем ближе сознание приближается к своим основам, тем сильнее угасает идея “Я”. И именно по этой причине *эго* воспринимается в процессе медитации как иллюзия» [7, с. 88–90]. Таким образом, одна из существеннейших целей буддийской (и не только буддийской) психотехнической практики — это преодоление ощущения собственного *я*, связанных с ним ограничений и порождающих его аффектов, а базис этого ощущения — различия: между *я* и *не-я*, между разными объектами внешнего мира, даже между нирваной и сансарой (различие, которое понимается как подлежащее устранению уже в махаяне).

В связи со всем сказанным необходимо определить, что именно подвергается трансформации в той структуре психики, которая называется *я* и служит почвой для аффектов, привязывающих живое существо к сансаре. Прежде всего следует заметить, что все дхармы в буддийской философии так или иначе имеют отношение к психике или сознанию. Даже общеизвестная рубрикация дхарм по пяти группам (*санскр.* skandha, *пали* khandha), среди которых первая — это группа материи (*санскр.* rūpa-skandha), в буддийской философской школе йогачара интерпретируется таким образом, что все дхармы понимаются как элементы, имеющие природу сознания. Эта мысль есть результат развития тезиса, провозглашенного в базовой для йогачары “Дашабхумика-сутре”: “Все три мира суть только [множество актов] осознания (vijñaptimātra)”. Однако, в отличие от европейских школ идеализма, в йогачаре сознание никогда не рассматривалось как первосубстанция, оно понималось как источник ментальных конструктов, формирующих сансару [11, с. 156]. В своем классическом трактате “Энциклопедия Абхидхармы” (Abhidharmakośa) Васубандху, один из крупнейших буддийских мыслителей, пишет, что “материя — это пять органов чувств, пять [видов] объектов и непроявленное”, а в ком-



Буддийская мандала

ментарии к его трактату (*Abhidharmakośa-bhāṣya*) сказано, что “*пять органов чувств* – это органы зрения, слуха, вкуса, обоняния и осязания. *Пять [видов] объектов* – это пять соответствующих сфер [функционирования] органа зрения и прочих органов чувств, а также *непроявленное*” [1, с. 198]¹. В примечании к этим словам переводчики “Энциклопедии Абхидхармы” отмечают, что “в данном контексте речь идет о пяти органах чувств, которые не рассматриваются отдельно от своей функции. Психическая способность есть свойство соответствующего органа чувств как анатомического субстрата. Но поскольку весь язык буддийского философского дискурса строился в расчете на полную элиминацию идеи чистого субстрата, то *indriya* как психическая способность определенного органа чувств не может быть отторгнута в языке описания от той материальной основы, которую она специфицирует” [1, с. 265]. Из этого видно, что *гыра* – это не просто материя, как она понималась в европейской философии Нового времени, а материя, рассматриваемая в единстве с познающим ее субъектом.

Состояния сознания, связанного с миром (*санскр. laukika, пали lokaīya*), могут быть обусловлены коренными причинами (*санскр., пали hetu*) или свободны от этой детерминации. Обус-

¹ “Непроявленное” (*санскр. avijñapti*) – это своего рода скрытая сила, делающая возможным осуществление действия не непосредственно в тот момент, когда субъектом был осуществлен соответствующий акт воли, а позднее, когда сам этот акт остался в прошлом.

ловленные состояния сознания (*санскр., пали sahetuka*) могут определяться благоприятными или неблагоприятными коренными причинами, в число коих входят три основных аффекта — алчность (*санскр., пали lobha*), ненависть (*санскр. dveṣa, пали dosa*) и невежество (*санскр., пали मोहा*) или их отсутствие. У каждого состояния сознания имеется потенциальная ценность: состояние может быть кармически активным, кармически неактивным (*санскр., пали kṛiyā*) или представлять собой результат (*санскр., пали vipāka*) ранее созданной кармы, а кармически активное состояние может быть благоприятным или неблагоприятным. Кроме того, существует и сверхмирское сознание, которое имеет два аспекта — пути (*санскр. mārga-citta, пали māgga-citta*) и плода (*санскр., пали phala-citta*) [7, с. 99–100].

В палийской “Абхидхамма-питаке” (трактат “Дхаммасангани”) сознание анализируется еще более подробно, с детальным разбором всех элементарных состояний, которые только могут возникнуть у обладающего сознанием существа. Здесь список компонентов сознания еще более детален — в нем выделяются контакт (*пали phassa*), ощущение (*пали vedanā*), восприятие (*пали saññā*), мышление (*пали cetanā*), мысль (*пали citta*) и т. д., всего же — 56 элементарных состояний [12, р. 3–4]. Кроме того, сознание рассматривается с разных точек зрения — так, в первой части анализируются *благие* состояния сознания, касающиеся чувственной сферы (*пали kāmāvacara-aṭṭha-mahācittāni*), во второй — *благие* состояния, касающиеся сферы форм (*пали gūpāvacara-kusala*) и т. д. При этом в самых первых строках трактата указывается, что это касается только состояний *эмпирического* сознания, порождаемых контактом, который и идет в этом перечне первым, поэтому, как можно предположить, речь в первой части “Дхаммасангани” идет о *рупа-скандхе* — группе дхарм, конституирующих материальный мир². Столь же сложна и группа дхарм, представляющих собой формирующие факторы (*санскр. saṃskāra, пали saṃkhāra*): список состояний, относящихся к ней, включает 50 пунктов [12, р. 25–27]. Если рассмотреть первый список, то становится видно, что здесь описывается процесс формирования знания (о самых обычных объектах чувственного познания), начинающийся с контакта, продолжающийся ощущением, восприятием, различением (*пали vitakko* — постижение, предполагающее видение отличий данного предмета от всех прочих, что требует способности сосредоточить на нем внимание), включающий эмоциональный компонент (“радость” или “наслаждение”, *пали pīti*; “блаженный покой”, *санскр., пали sukha*), волитивный компонент (“однонаправленность”, *пали cittassekaggatā*; Каролина Рис-Дэвидс переводит этот термин как self-collectedness [12, р. 11]), ряд способностей (*санскр., пали indriya*), в числе коих — способность к вере (*пали saddhindriyam*), обладание энергией и способность проявлять ее и управлять ею (*пали viriyindriyam*) и др., правильные воззрения (*пали sammāditthi*), пра-

² Впрочем, следует заметить, что ниже в этом тексте говорится, что групп дхарм существует только четыре [12, р. 25]. Все это, возможно, говорит о том, что ко времени составления “Дхаммасангани” список групп и, видимо, даже список дхарм еще не были вполне устоявшимися.



вильная решимость (*пали sammāsaṅkappo*), правильное поведение (*пали sammāvāyāto*), правильное памятование (*пали sammāsati*), правильное сосредоточение (*пали sammāsamādhi*) и другие элементы, даже краткий обзор которых показывает, что эмпирическое познание, согласно положениям уже самых ранних буддийских философских текстов, необходимо включает не только чисто гносеологические процедуры, но и аспекты, которые мы могли бы назвать моральными и психотехническими.

Строго говоря, перед нами здесь — перечень состояний собственного сознания адепта, в которых он должен давать себе отчет, постоянно анализируя процессы своей психики, чтобы через осознание их в конце концов научиться управлять ими. Поскольку, согласно базовому постулату буддийской философии, не существует никакого стабильного *я*, то вся психика представляется здесь как множество отдельных элементарных состояний, среди которых *я* есть только ментальный конструкт, порожденный естественной для непросветленного сознания аффективностью. Специфическая черта всех форм эмпирического сознания состоит в том, что дхармы, составляющие его, — это дхармы с притоком аффектов (*санскр. sāsrava-dharma*), то есть состояния сознания, пораженного аффектами, являющимися одновременно причиной неведения и его следствием. Неведение относительно истинной природы нашего *я*, в действительности представляющего собой всего лишь комбинацию элементарных психофизических состояний, в которой нет никакого самостоятельного, не зависящего от них координирующего начала, приводит к тому, что человек аффективно привязывается к идее *я*, полагая, что она соответствует какой-то объективной реальности. Это приводит к возникновению трех базовых аффектов — алчности, ненависти и невежества, которые, как сказано выше, суть коренные причины (*hetu*) формирования перерождающегося сознания и поддержания его существования. С первыми двумя аффектами, в общем, все ясно: первый представляет собой стремление получить то, что может поддержать существование *я*, второй — стремление избежать всего, что препятствует его существованию. Казалось бы, невежество (*моһа*) не имеет никакого аффективного компонента — ведь в западной культуре в этом слове видится всего лишь обозначение простого отсутствия знаний. Но в буддизме само слово *моһа* имеет существенно иной смысл: это аффективное стремление избежать нового знания или, говоря грубо, позиция, в соответствии с которой человек не только не считает нужным усваивать что-то новое (в данном случае — буддийское учение), но и активно сопротивляется попыткам других что-то ему объяснить. (Такой аффект мы часто наблюдаем и в повседневной жизни, когда сталкиваемся с малообразованными людьми, которые примитивно судят о сложнейших проблемах политики, экономики, науки, с презрением отмахива-

ясь от всех возражений и свысока глядя на специалистов в соответствующих областях.) Все эти аффекты препятствуют обретению просветления и выходу из сансары — или, если принимать точку зрения махаяны, пониманию, что нет сансары, а есть только нирвана и убеждение в их различии и есть самая суть неведения.

Какими способами предлагается в буддизме уничтожать эти аффекты? Одним из средств уже в раннем буддизме выступает комплекс правил поведения монаха, члена буддийской сангхи (*санскр.*, *пали* *saṃgha* “община, собрание”). В массовой литературе о восточной философии и религиозных системах часто делается акцент на медитативной практике, и она, несомненно, играет в индийской — как буддийской, так и индуистской — религиозной практике очень значительную роль. Но прежде чем приступить к медитативным практикам, адепт должен сначала освоить элементарные правила поведения, приучить себя жить в соответствии с винаей — комплексом дисциплинарных правил, предписанных монаху. Тхеравадинский мыслитель Буддхагхоша (V век) повторял мысль наставника Суддинатхеры, говорившего, что виная — это средство нейтрализации аффектов и все то, что ведет к избавлению сознания от притока аффективности [10 с. 32]. Преобразование сознания начинается в буддизме с аскезы, отказа от привычного стиля жизни, привычных моделей поведения, исключения большинства естественных для мирского человека радостей и удовольствий, отвлекающих адепта от работы над собственной психикой. В соответствии с установлениями, изложенными в Виная-питаке (собрании правил винаи), на собрании монахов, устраиваемом дважды в месяц, во время новолуния и полнолуния, один из старших монахов зачитывает 227 основных правил поведения (*санскр.* *prātimokṣa*, *пали* *rāṭimokkha*) для монахов, и каждый член сангхи оценивает в соответствии с ними свои поступки за прошедшую половину месяца, определяя, не нарушил ли он вольно или невольно предписания, установленные самим Буддой [15, р. 55]. Таким образом, трансформация сознания начинается с переноса фокуса внимания адепта с внешних объектов на состояния собственной психики: монах должен постоянно давать себе отчет в том, что он переживает сейчас или переживал в недавнем прошлом, — и это приучает монаха очень тонко и точно оценивать все процессы, происходящие в его психике. Постоянное самонаблюдение приводит к тому, что адепт начинает учитывать психологические явления, которые ранее ускользали от его внимания, хотя и не были ему принципиально недоступны. Медитативные практики с этой точки зрения — всего лишь следующий, более глубокий уровень самонаблюдения, при котором единственным объектом внимания адепта оказывается его собственная психика — уже, возможно, без связи ее содержаний с внешним миром.



Если говорить о медитативных практиках, характерных для буддийской культуры, нельзя не упомянуть такой уникальный в мировой культуре феномен, как *мандала*. Слово *maṇḍala*, буквально означающее круг или окружность, в буддийской культуре означает схему мироустройства в соответствии с буддийскими космологическими представлениями, полное всего зафиксированными в третьей книге “Энциклопедии Абхидхармы” Васубандху. Мандала — это своего рода “чертеж” реальности, на котором отображены все существенные компоненты человеческого бытия (точнее, бытия живого существа вообще): эмоции, интеллектуальные функции, органы чувств, их объекты, пространственные направления и т. д., а живые существа, изображенные на ней, обозначают множества разнородных свойств, коррелирующих друг с другом (например, красному соответствуют сладкий вкус, запад, любовь, различающая способность интеллекта и т. п.) [8]. От адепта требуется научиться визуализировать мандалу, и сначала он просто созерцает ее, нарисованную на стене или куске ткани, и лишь в достаточной мере запомнив и осознав взаимное расположение ее элементов и соотнесение их с определенными свойствами психики и доктринами буддийского учения, он может начать визуализировать ее в воображении без данной материальной опоры. При этом в процессе созерцания адепт интернализирует мандалу, так что посредством нее структурируется его собственная психика. Это очень ясно понял К. Г. Юнг в своем анализе символики индийского религиозного искусства, показав, как при помощи мандалы адепт получает возможность напрямую, непосредственно работать с архетипами [13, passim]. В процессе ее созерцания происходит структурирование собственной психики адепта, так что само это созерцание уже оказывается определенным рода воспитанием сознания.

Сознание должно быть организовано в соответствии с основной задачей буддийского учения — проложить адепту путь к просветлению. Интересно отметить, что такое структурирование сознания предполагает соответствие его организации космологическим представлениям буддизма и особенностям социальной структуры индийского общества эпохи зарождения и господства буддизма (V в. до н. э. — VII в. н. э.). В психотехнических практиках буддизма, таким образом, встречаются психология (в данном случае — учение о компонентах психики, их функциях и взаимоотношениях, включая и теорию аффектов и учение об их искоренении), космология (учение о строении Вселенной, ее возникновении и разрушении) и социология (в данном случае — представления о *должной* организации общества, в котором каждый элемент исполняет определенную, только ему присущую функцию), а мандала и ритуал связываются друг с другом как статический и динамический аспекты одного и того же культурного явления: в мандале психика, космос и общество отражаются в их статике, в ритуалах —



Буддийская мандала

в динамике [13, р. 23]. Такой изоморфизм структур психики, общества и Вселенной – важный момент для понимания сути трансформации сознания в буддизме, так как он раскрывает одну из наиболее существенных особенностей и буддийской космологии, и буддийской психологии – представление о сознании как активной силе, формирующей даже материальный мир в соответствии со своими свойствами. Уже в проповедях Будды выдвигается одно из положений, ставших базисом буддийской философии, – закон взаимозависимого возникновения, и показательно, что в каузальном смысле *vijñāna* (“сознание”) предшествует *nāma-rūpa* (“психофизическому комплексу”). Из этого следует, что реальность, наблюдаемая нами и принимаемая за объективную, не зависящую от нашего сознания, в действительности порождена им; говоря грубо, один и тот же предмет разными сознаниями воспринимается существенно различным образом. В этом предложении, как может показаться, есть противоречие: реальность называется порожденной сознанием и тут же говорится о предмете, по-разному воспринимаемом разными сознаниями. В действительности противоречия нет: буддисты – даже такие, казалось бы, идеалисты, как йогачарины, – никогда не отрицали явно и недву-



Будда в нирване

смысленно существование *предметного* мира. Под сомнение ставился лишь мир *объектов*. Несомненно, существуют какие-то предметы вне и помимо нашего сознания, но каковы они на самом деле, независимо от того, какое сознание их воспринимает и как оно это делает, мы установить не можем, ибо все, что нам дано как объект познания, дано лишь посредством этого самого сознания. Знаменитая притча о слепых и слоне, впервые встречающаяся у йогачарина Асанги, хорошо показывает различие между предметным и объектным миром: слон существует сам по себе и слепые не отрицают его существование, но одному из них он представляется похожим на веревку, другому — на змею, третьему — еще на что-то, и точно таким же образом реальность, существующая сама по себе, не меняется от того, кто и как ее познает, но познающий никогда не имеет дело с нею целиком, со всеми ее частями и во всех ее аспектах. Аналогичным образом и множество *объектов*, в отличие от множества реально существующих *предметов*, не зависящих от нашего сознания, не столько познаётся нами, с точки зрения буддизма махаяны, сколько конструируется на основании тех данных, которые поступают к сознанию от реального мира, но радикально изменяются под действием формирующих факторов (*санскр.* *saṃskāra*, *пали* *saṃkhāra*) — неосознаваемых тенденций психики, сохраняющихся в ней от прежних перерождений. В этом отношении махаянский буддизм отличается от буддизма хинаяны, в котором не ставится вопрос о реальном соотношении предметного и объектного миров: школы хинаяны исходят из предположения, что сознание познаёт мир в целом и целом адекватно, проблема же состоит только в искоренении аффектов, препятствующих обретению нирваны. Если для последователя хинаяны важно устранить только аффективные препятствия (*санскр.* *kleśa-āvaraṇa*), мешающие просветле-

нию (*bodhi*), то адепт махаяны стремится уничтожить наряду с ними также и эпистемологические препятствия (*санскр. jñeya-āvaraṇa*), что и даст ему познать истинную реальность — *tathatā*, мир такой, каков он на самом деле, помимо всех плодов концептуализирующей деятельности сознания.

Буддийская философия, как и философские системы брахманизма, формировалась в значительной мере как результат осмысления психотехнического опыта, так что вряд ли будет ложным утверждение, что первичной в буддизме была именно психотехника, над которой затем надстраивалась догматика, а над ней как результат ее концептуализации — логико-дискурсивный уровень буддизма как системы, то есть философия. Это видно, в частности, из сопоставления буддийского положения о *я* как ментальном конструкте, не имеющем референта в реальности, с религиозными переживаниями, которые неоднократно описывали мистики — не только индийские, но и западные. Задача адепта — прервать процесс ментального конструирования (*санскр. kaṛaṇā*) и воспринять объект созерцания таким, каков он на самом деле. “В идеале созерцание — это неаналитическое восприятие объекта или идеи — неаналитическое, поскольку избавляются от дискурсивных мыслей и делается попытка очистить разум от всего, кроме восприятия объекта внимания. Мысль признается как прямое вмешательство, уступающая сущностному познанию через чистое восприятие. В основе отречения от мирских целей и удовольствий — как физических, так и психических — лежит тот же принцип самоосвобождения от всего, что отвлекает внимание и мешает восприятию высшего реализма и прекрасного в бытии. Отречение во всех текстах предписывается особенно основательно и совершенно ясно” [4, с. 46]. Мыслители буддизма махаяны тонко подметили существенную особенность человеческого мышления — склонность, познав некий класс вещей, уяснив себе его основные свойства, оперировать далее в своем мышлении не образами элементов этого класса, а понятием о классе вообще. Такой “стереотипный” способ мышления экономит мыслительные ресурсы, однако нередко приводит к ошибкам в познании, а значит, и в деятельности. От адепта требуется деавтоматизировать собственное мышление, обратив внимание на подлинное содержание своих мыслительных актов, увидев, на какие (чаще всего неосознаваемые или не до конца осознаваемые) предпосылки опирается его мысль. Деавтоматизация — это “уничтожение автоматизации, по-видимому, посредством реинвестирования действий и перцептов вниманием” [4, с. 51], то есть практика, результатом которой оказывается перемещение собственных психических процессов адепта в фокус его активного внимания, и сами психические процессы адепта становятся для него объектами познания — в отличие от большинства познавательных ситуаций, когда человек не обращает внимания на то, как именно он познает, ибо его вни-



мание полностью приковано к объекту познания, внешнему по отношению к его сознанию. “Деавтоматизация ведет к сдвигу к так называемой “примитивной” перцептивной и когнитивной организации — той, которая предшествует аналитической, абстрактной, интеллектуальной модели, типичной для мышления современного взрослого человека. Перцептивное и когнитивное функционирование детей и представителей примитивных культур изучались Вернером, который выделил следующие характеристики примитивного воображения и мышления: а) большая яркость и чувственность, б) синкретичность, в) физиогномичность и живость, г) дедифференцированность в отношении различий между “я” и объектом и между объектами и д) дедифференцированность и слияние чувственных модальностей” [4, с. 53].

Трансформация сознания в буддийской психотехнике предполагает, таким образом, переключение внимания адепта с внешних объектов на работу собственно сознания — осознание тех процессов, которые существуют благодаря ранее возникшим психологическим автоматизмам и не являются в норме объектом внимания самого сознания. Хорошо известно, в частности, какое влияние оказывают прошлый опыт и сформировавшиеся на его основе мыслительные схемы даже на само восприятие [2, с. 204–205]. Еще в 1932 году Ф. Бартлетт, исследовав процессы припоминания осмысленного текста, показал, что “память никогда, за исключением специальных случаев цитирования хорошо известного текста, не бывает буквальная, так что воспроизведенные предложения всегда представляют собой перифраз (ср. Н. Хомский) исходного материала. Изменения включают не только пропуски (забывание), но и качественные модификации и даже привнесения новых фрагментов. Такая конструктивная перестройка приводит материал в соответствие с познавательными стереотипами и нормами, принятыми в данной социальной среде” [2, с. 42]. И мышление, и восприятие, и память окрашены личным опытом индивида, налагающим ограничения на работу его сознания. «Воспринятый объект — это возникающая у нас гипотеза, проверенная с помощью сенсорных данных... Когда принятая гипотеза ведет к ошибочному восприятию, мы заблуждаемся так же, как мы заблуждаемся в науке, когда видим мир искаженным ложной теорией. Восприятие и мышление не существуют независимо друг от друга. Фраза “я вижу то, что я понимаю” — это не детский каламбур, она указывает на связь, которая действительно существует» [3, с. 17]. Преодоление мыслительных стереотипов было в буддизме, как и в других течениях индийской религиозно-философской мысли, важнейшей задачей психотехники, цель которой — постижение сознания как множества элементарных психофизических состояний, из которых почти всем свойствен приток аффектов, побуждающий это сознание существовать и претерпевать все вызванные аффектами

страдания; согласно буддийской школе сарвастивада, только три дхармы являются необусловленными (*санскр.* *asaṃskṛta-dharma*) и, значит, свободными от притока аффективности: пространство как объект медитации (*санскр.* *ākāśa*), прекращение потока дхарм посредством знания (*санскр.* *pratisaṃkhyā-nirodha*) и прекращение потока дхарм без посредства знания (*санскр.* *apratisaṃkhyā-nirodha*) [1, с. 194–195].

Путь к полному осознанию собственных психических процессов начинается с тщательного наблюдения над процессом дыхания. Уже в буддийском Палийском Каноне описана эта практика: в “Маджхима-никае” (разделе Сутта-питаки — одной из трех частей Канона) Будда дает наставления ученикам, говоря, что монах должен сосредоточиться на собственном дыхании. «Делая глубокий вдох, он осознает: “Я делаю глубокий вдох”; делая глубокий выдох, он осознает: “Я делаю глубокий выдох”», и далее монаху предписывается осознавать степень напряжения или расслабления мышц тела во время дыхания, далее — свои эмоции, далее — свои мысли [17, р. 943–944], так что дыхание становится тем базовым объектом, сосредоточиваясь на котором, адепт учится медитировать — то есть (в данном случае) отдавать себе отчет и в своих действиях, и в переживаемых эмоциях, и в интеллектуальных процессах. Умение полностью отдавать себе отчет в характеристиках состояний собственного сознания предполагается уже буддийским учением о Восьмеричном Пути (*санскр.* *aṣṭāṅgika mārga*, *пали* *aṭṭhāṅgika māgga*), в котором седьмой компонент — правильное памятование (*санскр.* *samyak smṛti*, *пали* *sammā sati*; Анагарика Говинда переводит этот термин как “правильная собранность разума” [7, с. 67]). Оно описывается как “четырёхчастное памятование и ясное представление обо всем, что происходит с телом (*кайя*), чувствами (*ведана*), разумом (*читта*) и психическими элементами (*дхамма*). Это размышление преимущественно аналитично. Оно во многих отношениях превосходит методы и результаты современного психоанализа. Но буддийская система психической культуры идет дальше. Она не ограничивается анализом и контролем над сознанием в том его виде, как оно *есть*, но ведет к более высокому синтезу или интенсификации сознания посредством *самадхи*” [7, с. 69]. Деавтоматизация элементарных биологических процессов, доступных управлению (дыхание), позволяет адепту устанавливать сознательный контроль над ними, осознавая ход не только самих этих процессов, но и всех тех, которые связаны с ними или просто сопровождают их. Все это дает адепту умение осознавать и более сложные и менее поддающиеся управлению психические процессы — сначала самые простые — базовые (восприятие элементарных качеств вещей), затем все более сложные.

По идее, именно эта деавтоматизация сначала физиологических, а потом и психических процессов призвана привести



адепта к пониманию, что не существует никакого субстанциального *я*, которое могло бы переродиться и претерпевать результаты прошлых своих действий. Разумеется, и сами действия, и их результаты реальны, но, согласно буддийской доктрине, нет никакого *я*, которое существовало бы отдельно от самих действий и результатов и только претерпевало бы их, — сама наша личность есть лишь *результат* прошлых действий, ранее накопленной и теперь проявляющейся кармы, а *я* есть не более чем ментальный конструкт, порожденный аффектами. Он удобен в повседневной духовной жизни, но, согласно буддийскому учению, адепт должен понимать, что в действительности понятию *я* или *ātman* ничего не соответствует и оно существует лишь как результат упрощения реального положения дел. В действительности структура психики описывается в буддизме как множество взаимосвязанных явлений и процессов, ни один из которых не имеет некоего управляющего начала (личности, Атмана, бога или чего-то подобного) и которые связаны друг с другом причинно-следственными отношениями. Очень скрупулезно анализируются они, в частности, в трактате Асанги (IV—V век) “Компендиум Абхидхармы” (*Abhidharma-samuccaya*), который начинается с анализа самых общих структур психики — групп (*санскр.* *skandha*, *пали* *khandha*), элементов акта восприятия (*санскр.*, *пали* *dhātu*) и опор сознания (*санскр.*, *пали* *āyatana*). В отношении проблематики структуры сознания важно в нем, однако, учение о так называемых мотивациях (*санскр.* *cetanā*), входящих в группу формирующих факторов (*санскр.* *saṃskāra-skandha*). Термин *cetanā*, который мы переводим как “мотивация”, означает ментальное усилие, направленное на совершение действия, причем не только физического, но в равной мере и речевого, и умственного, выступающее основным фактором в формировании кармы [10, с. 89]. В “Компендиуме Абхидхармы” *cetanā* определяется так: это “конструирование [объектов] посредством сознания (*cittābhisamkāra*), [то есть] ментальная деятельность (*manaskarma*), [которая] направляет сознание на благие, неблагие и нейтральные [цели]” (*санскр.* *cittābhisamkāro manaskarma, kuśalākuśalādhyākṛteṣu cittapreraṇakarmika*) [14, р. 5—6]. В этом высказывании ярко выражено фундаментальное для буддизма махаяны представление — мысль о том, что сами объекты, которые мы наблюдаем как якобы независимые от нашего сознания, суть следствия накопленной ранее кармы, так что они существуют независимо от моего конкретного, *нынешнего* сознания, но определяются ранее имевшими место состояниями сознания, окрашенными какими-либо аффектами или свободными от них. В перечень мотиваций входят, на первый взгляд, очень разнородные явления — внимание (*manaskāra*), контакт (*sparśa*), волевое усилие (*chanda*), усердие (*adhimokṣa*), память (*smṛti*) и др., но также страсть (*rāga*), отвращение (*pratigha*), самомнение (*māna*), неведение (*avidyā*) и т. п.



Будда в нирване

[14, р. 5], и всем им Асанга дает определения. Объединяет их то, что все они так или иначе аффективно окрашены, но некоторые из них ведут живое существо к закабалению в колесе сансары, другие — усердие (*adhimoḥṣa*), память (*smṛti*), сосредоточение (*samādhi*), мудрость (*praññā*), вера (*śraddha*), самоуважение (*hrī*) и проч., — способствуют продвижению просветлению. Работа адепта с сознанием предполагает, следовательно, целенаправленное изменение этих мотиваций — искоренение неблагих (привязывающих к сансаре) и воспитание благих (ведущих к освобождению).

В итоге сознание предстает в буддизме — уже на самых ранних стадиях развития буддийской философской мысли — как множество отдельных, но так или иначе связанных друг с другом состояний, подавляющее большинство из которых аффективно окрашено. Цель адепта — искоренить аффекты, ибо они препятствуют обретению нирваны, и все буддийские практики прямо или косвенно направлены на осуществление этой задачи [6, с. 47].

Таким образом, деавтоматизация сначала физических, а затем и психических процессов необходима для того, чтобы вывести их на уровень бодрствующего сознания и поставить под сознательный контроль. Для этих целей в буддизме (и других религиозных традициях Индии) был разработан ряд психотехнических методов, позволяющих на практике осуществить эту деавтоматизацию и поднять до сознательного уровня аффекты, которые человеком, не вступившим еще на путь к нирване (не принявшим монашеских обетов и не освоившим буддийского учения о структуре и функционировании психики), как прави-



ло, не осознаются или осознаются в минимальной степени. Для этой цели и составляются в буддийских философских трактатах списки эмоций, подлежащих искоренению или подчинению, и чувств, которые необходимо взращивать в себе. Такой перечень эмоций мы видим, например, в “Компендиуме Абхидхармы” [14, р. 8–9], где, конечно, эти эмоции только перечислены и очень кратко определены – лишь для того, чтобы адепт мог, исследуя собственную психику, определить, с какой эмоцией он имеет дело.

Этой же цели служит и виная. Перечень прегрешений, зачитываемый дважды в месяц старшим монахом, и перечни эмоций связаны друг с другом: каждое нарушение правил винаи имеет своей причиной аффект, проявившийся в виде определенной эмоции, и каждый монах должен не просто признаться в нарушении правила, но и осознать его причины, побудившие его к этому прегрешению. Правила винаи и медитация ведут с разных сторон – извне и изнутри – к одной цели: осознанию собственных психических процессов адепта и тем самым – к их деавтоматизации, а через нее – к управлению ими. На это же направлена и такая своеобразная буддийская практика, как созерцание отвратительных объектов. Человек, привязанный к внешним объектам, созерцая, например, разлагающийся труп, сможет избавиться от влечения к предметам внешнего мира [6, с. 186–188]. Практики управления дыханием, предполагающие постоянную концентрацию на собственном дыхании, с другой стороны, прерывают непрерывный внутренний рефлексивный монолог, свойственный каждому человеку с сознанием, не прошедшим еще психотехническую тренировку [6, с. 187].

Но только деавтоматизация психических процессов вряд ли может считаться достаточной для обретения просветления или хотя бы вступления на путь к нему. Медитация предполагает, среди прочего, использование специальных фраз (*санскр.* mantra), повторение коих обеспечивает должное сосредоточение сознания и отвлечение его от всех влияний аффектов. Постоянное повторение одной, даже осмысленной фразы, по идее, должно приводить к тому, что сознание адепта освобождается от всех ментальных конструктов, составляющих его содержание, причем в конце концов такой десемантизации должна подвергнуться и сама мантра. Исследуя связь ритуалистики и семантики, нидерландский индолог Йоханнес Бронкхорст высказал мысль, что один из аспектов любого ритуала – это изменение семантики действий его участников: ритуальные действия и формулы, с его точки зрения, представляют собой попытку выйти из сферы символов, в которой проходит жизнь всякого человека как члена общества, и получить доступ к непосредственному, свободному от символических структур опыту [16, р. 37]. При всей очевидной ложности этого тезиса (ритуал не есть *выход* за пределы символического мира, состав-

ляющего “тело” культуры, а, напротив, сам по себе является рядом символических действий) сам подход Бронкхорста интересен, так как направлен на анализ символического аспекта религиозного сознания. Кроме того, этот автор пытается связать буддийские психотехники с современной биологией, указывая, в частности, что всякая разрядка биологической потребности воспринимается нами как удовольствие, но оно неизбежно оказывается связано с наличием или отсутствием каких-то внешних (относительно нашего сознания) предметов, которые способны доставить нам это удовольствие (или которые причиняют страдание, так что удовольствие нам доставляет устранение этих предметов). Буддийские психотехники с этой точки зрения предстают как техники разрядки биологической потребности независимо от наличия или отсутствия предметов, связанных с нею, и медитация (*санскр.* *samādhi*, или *absorption* “поглощение, погружение, сосредоточенность”, как переводит Бронкхорст этот термин) выступает как техника управления вниманием, которое необходимо отвлечь от всех биологических потребностей, чтобы они более не воспринимались сознанием и оно стало бы свободно от них [16, р. 163–165].

Несомненно, медитация и иные техники работы с психикой – это, по существу, работа со знаками, с символической сферой человеческой жизни. Но только *десемантизацией* вряд ли можно объяснить суть буддийских (как и любых других) психотехник. Само понятие “непосредственного опыта” – это такой же ментальный конструкт, как и любой другой, так что речь идет в психотехнике не о *десемантизации*, а о *ресемантизации*: адепт отбрасывает те знаковые системы, при помощи коих он описывал самого себя раньше, до вступления на путь к нирване, и начинает создавать новое самописание – в терминах буддийского учения о сознании. Принимая обеты буддийского монаха и приступая к изучению буддийской философии, он учится распределять явления собственной психики по иным рубрикам, чем раньше. Пониманию этого изменения отчасти может поспособствовать учение Уильяма Джеймса о перцептах и концептах. “Вещи мы познаем при помощи наших ощущений, и некоторые мыслители обозначают их термином *представления* в отличие от идей, *воспроизведений*, которые мы можем иметь помимо органов чувств. Я лично давно привык обозначать контраст между вещами и мыслями путем противопоставления терминов *перцепт* (ощущение) и *концепт* (понятие), но нужно признать, что концепты выделяются постепенно из перцептов и снова растворяются в них” [5, с. 34]. Используя эту терминологию, можно сказать, что поток перцептов (элементарных состояний психики, которые не обязательно могут быть четко отличены друг от друга) обыденным сознанием и сознанием, прошедшим философскую и психотехническую подготовку в соответствии с буддийским учением, рубрицируется существенно по-разному.



Этой же цели служит и деавтоматизация, суть которой состоит в устранении более привычных сознанию не прошедшего серьезной религиозной подготовки человека (*санскр.* *ṛthag-jāna*) концептов: адепта, образно говоря, ставят перед его собственным сознанием, освобожденным от каких бы то ни было привычных ему концептуальных структур, — в частности, и от представления о неизменном *я*, которое тоже (как и буддийское представление о несуществовании такого *я*) есть некоторый ментальный конструкт. Собственно, даже сама граница между *я* и внешним миром проводится так или иначе в зависимости от обусловленных культурой представлений о структуре личности, так что *переописание* самого себя с позиций буддийской философии есть, среди прочего, проведение адептом иных границ между самим собой и внешним миром. Вышеописанная дедифференцированность чувственных модальностей и различий между *я* и внешним миром и объектами внешнего мира означает стирание условных границ между перцептами (если пользоваться терминологией У. Джеймса) с тем, чтобы построить систему границ заново, в соответствии с буддийскими представлениями о структуре личности. Неведение (*avidyā*) с этой точки зрения есть аффективно обусловленное незнание о реальной (согласно буддийскому учению) структуре личности и системе ее мотивов, базирующееся на привязанности к идее неизменного *я*. Преодоление неведения означает пересмотр самоописания личности, что, естественно, затрудняется аффективной привязанностью к привычной картине собственного *я*. Всем этим задачам служит и мандала как визуально представленная схема психики согласно буддийскому учению, и виная как комплекс средств, позволяющих адепту реорганизовать свое *внешнее* поведение так, чтобы через него в конце концов постепенно подверглась трансформации и внутренняя жизнь.

Принципиальное различие махаяны и хинаяны с этой точки зрения заключается в том, что последняя ограничивается реструктуризацией сознания, в первой же любая знаковая система понимается как *kleśā-āvaraṇa*, препятствие на пути к просветлению. Смысл махаянского тезиса о пустоте (*санскр.* *śūnyatā*) всех дхарм надо понимать как указание на необходимость десемантизации элементов даже буддийской философии как знаковой системы: буддийское учение направлено на преодоление всех препятствий на пути к нирване, а значит, привязанность к самому буддийскому учению, представление о нем как об описании некоторой реальности, а не только о комплексе инструментов, нацеленных на религиозную цель, сами являются препятствиями и должны быть преодолены. В махаяне десемантизации подвергается сначала обыденное самописание человека, а затем и самописание, построенное в соответствии с буддийскими представлениями о сознании.

Литература

1. *Васубандху*. Энциклопедия Абхидхармы (Абхидхармакоша). Т. 1: Раздел I: Учение о классах элементов. Раздел II: Учение о факторах доминирования в психике / Изд. подг. Е. П. Островская и В. И. Рудой. М.: Ладомир, 1998.
2. *Величковский Б. М.* Современная когнитивная психология. М.: Изд-во МГУ, 1982.
3. *Грегори Р. Л.* Глаз и мозг: Психология зрительного восприятия / Пер. с англ. Е. Д. Хомской. Под ред. А. Р. Лурии и В. П. Зинченко. М.: Прогресс, 1970.
4. *Дейкман А. Дж.* Деавтоматизация и мистический опыт // Тарт Ч. Измененные состояния сознания / Пер. с англ. Е. Филиной, Г. Закарян. М.: Эксмо, 2003. С. 38–71.
5. *Джеймс У.* Введение в философию. Рассел Б. Проблемы философии. М.: Республика, 2000.
6. *Ермакова Т. В., Островская Е. П.* Классические буддийские практики. СПб.: Петербургское востоковедение, 2001.
7. *Лама Анагарика Говинда.* Психология раннего буддизма. Основы тибетского мистицизма. СПб.: Андреев и сыновья, 1993.
8. *Парибок А. В.* Мандала // Философия буддизма: Энциклопедия / Под ред. М. Т. Степанянц. М.: Восточная литература, 2011. С. 433.
9. *Розенберг О. О.* Труды по буддизму. М.: Наука, ГРВЛ, 1991.
10. *Рудой В. И.* Введение в буддийскую философию // Васубандху. Энциклопедия Абхидхармы (Абхидхармакоша). Т. 1: Раздел I: Учение о классах элементов. Раздел II: Учение о факторах доминирования в психике / Изд. подг. Е. П. Островская и В. И. Рудой. М.: Ладомир, 1998. С. 11–113.
11. *Торчинов Е. А.* Философия буддизма махаяны. СПб.: Петербургское востоковедение, 2002.
12. *A Buddhist Manual of Psychological Ethics: Dhamma-Sangani (Compendium of States or Phenomena) / Transl. by C. A. F. Rhys Davids.* 3rd ed. Oxford: Pali Text Society, 2004.
13. *Albanese C. L.* The Multi-Dimensional Mandala: A Study in the Interiorization of Sacred Space // *Numen*, 1977, Vol. 24, Fasc. 1. P. 1–25.
14. *Asanga.* Abhidharma Samuccaya / Ed. by P. Pradhan. Santiniketan: Visva Bharati, 1950.
15. *Bhikkhu Ariyesako.* The Bhikkhu's Rules: A Guide for Laypeople. Kallista: Sanghloka Forest Hermitage, 1998.
16. *Bronkhorst J.* Absorption: Human Nature and Buddhist Liberation. P.: University Media, 2012.
17. *The Middle Length Discourses of the Buddha: A Translation of the Majjhima Nikaya / Transl. by Bhikkhu Canamoli, revised by Bhikkhu Bodhi.* 3rd ed. Boston: Wisdom Publications, 1995.

С. Бурмистров
Практики
трансформации
сознания
в буддийской
культуре