

<https://doi.org/10.30853/manuscript.2019.4.25>

Муртузова Заира Магомедовна, Шайдаева Гульнара Магомедовна,
Гамзаева Гульнара Шахнавазовна

МИСТИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА В ЧАНЬ-БУДДИЗМЕ И СУФИЗМЕ: ОБЩЕЕ И ОСОБЕННОЕ

В статье дается компаративистский анализ основных методов чаньской и суфийской мистической практики, посредством которых адепты достигают мистических состояний психики, трактуемых как просветление, духовный опыт идентичности с Высшей Истиной, Богом. Авторы рассматривают общее и особенное в мистическом психотренинге чань и суфизма, влияние психотехнических методов и приемов на духовное состояние индивидов и приходят к выводу об их идентичности в психофизиологическом отношении в обеих системах. При этом сам мистический опыт трактуется в рамках соответствующей идейной доктрины.

Адрес статьи: www.gramota.net/materials/9/2019/4/25.html

Источник

Манускрипт

Тамбов: Грамота, 2019. Том 12. Выпуск 4. С. 122-125. ISSN 2618-9690.

Адрес журнала: www.gramota.net/editions/9.html

Содержание данного номера журнала: www.gramota.net/materials/9/2019/4/

© Издательство "Грамота"

Информация о возможности публикации статей в журнале размещена на Интернет сайте издательства: www.gramota.net

Вопросы, связанные с публикациями научных материалов, редакция просит направлять на адрес: hist@gramota.net

Философия религии и религиоведение

Philosophy of Religion and Religious Studies

УДК 141.33

Дата поступления рукописи: 31.01.2019

<https://doi.org/10.30853/manuscript.2019.4.25>

В статье дается компаративистский анализ основных методов чаньской и суфийской мистической практики, посредством которых адепты достигают мистических состояний психики, трактуемых как просветление, духовный опыт идентичности с Высшей Истиной, Богом. Авторы рассматривают общее и особенное в мистическом психотренинге чань и суфизма, влияние психотехнических методов и приемов на духовное состояние индивидов и приходят к выводу об их идентичности в психофизиологическом отношении в обеих системах. При этом сам мистический опыт трактуется в рамках соответствующей идейной доктрины.

Ключевые слова и фразы: чань-буддизм; суфизм; мистическая практика; психотренинг; медитация; зикр; просветление.

Муртузова Заира Магомедовна, к. филос. н., доцент

Шайдаева Гульнара Магомедовна, д. филос. н., профессор

Гамзаева Гюльнара Шахнавазовна, к.и.н., доцент

Дагестанский государственный технический университет, г. Махачкала

nirvana1509@mail.ru; filosofdgtu@mail.ru; gamzaevag@mail.ru

МИСТИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА В ЧАНЬ-БУДДИЗМЕ И СУФИЗМЕ: ОБЩЕЕ И ОСОБЕННОЕ

Сегодня в современном мире огромную популярность приобретают различные мистические концепции. Всплеск развития мистицизма связан с процессами сакрализации, идущими в обществе, активизацией различных религиозно-мистических течений и, конечно, противоречивостью и нестабильностью самой переживаемой человечеством эпохи. Разочарование в прежних мировоззренческих парадигмах, неуверенность в завтрашнем дне, нестабильность существования побуждают людей искать духовную опору в мистических сообществах. Так, чань-буддизм и суфизм переживают ренессанс в регионах традиционного распространения как в нашей стране, так и за ее пределами, оказывая большое влияние на сознание последователей этих традиций.

Все больше людей вовлекается в изучение и практику восточных учений в стремлении к новым ценностям, к личностному и духовному росту. При всех своих различиях эти мистические учения отличает глубокое понимание человеческой психологии, возможностей духовной трансформации личности. В них накоплены веками выверенные эмпирические наблюдения за тем, как трансформируется психика человека под влиянием определенных психотехнических методов и упражнений. Особую привлекательность мистическим практикам обеспечивает то, что они демонстрируют не увлеченность теоретизированием, схоластическими размышлениями, а, отдавая предпочтение опыту перед абстрактной философией, предлагают попробовать реальные способы, кардинальным образом преобразующие психику человека, его отношение к жизни и способ существования.

Особую **актуальность**, на наш взгляд, данная проблематика приобретает в компаративистском аспекте исследования, так как позволяет не только глубже проанализировать феномен мистицизма в его специфике, многообразных проявлениях, в практической реализации, но и может стать фактором сближения и взаимопонимания между конфессиями. Мистический опыт преобразования личности представляет интерес и в связи с духовным кризисом общества и поиском путей выхода из него.

Новизна исследования заключается в том, что в работе показаны пути практической реализации духовного преобразования личности в чань-буддизме и суфизме в компаративистике и происходящие при этом устойчивые изменения психики последователей рассматриваемых учений.

Целью работы является изучение общего и особенного в психотренинге чань-буддизма и суфизма, его влияние на психическое состояние последователей.

Роль психотренинга в рассматриваемых системах велика, ибо, согласно представлениям подвижников, постоянно практикуя специальные методы и приемы, можно решить главную сотериологическую задачу – просветление, растворение сознания в Абсолюте, Боге, Пустоте, Высшей Реальности, переживание опыта тотального единства со всем сущим.

Е. Г. Балагушкин отмечает, что «специфическая морфология структурно-функционального феномена мистики определяется двумя признаками: во-первых, связью с сакральным началом (благодаря чему она является

разновидностью сакрального отношения в виде бинарной оппозиции “профаническое – сакральное”), а во-вторых, – существенной особенностью этой связи, имеющей непосредственный характер в форме приобщения к сакральному началу или даже слияния с ним» [4]. Мистик стремится стать частью целого, сверхличного единства, чего-то большего и совершенного, нежели он сам. Абсолют, в котором индивид хочет найти пристанище, полностью в нем ассимилировавшись, в разных религиозно-философских учениях может осознаваться или называться различным образом, в зависимости от культурного наследия и личного понимания. В чаньском направлении буддизма – это слияние с «природой Будды», в суфизме – растворение в божественной субстанции.

Посредством специальных методов, приемов, отработанных веками, подвижники вводят себя в особые трансперсональные состояния. Эти процессы характеризуются подавлением индивидуального сознания и отчуждением «Эго», личностного «Я». Универсальными характеристиками мистических учений являются «переход от эгоцентрического сознания к сознанию просветленному, а также “единение” с Абсолютом и “снятие” (термин Г. Гегеля) субъектно-объектных отношений» [5, с. 21-22].

Одним из главных методов чань-буддийской и суфийской практики является медитация. Это явствует, в частности, из названия школы «чань», что означает «сосредоточение, созерцание» и происходит от сокращенного варианта китайской транскрипции термина «дхьяна», возможно, от его более раннего палийского варианта – «джхана».

Медитация суть состояние глубокого концентрированного сознания, отстранения от своего «Эго». Не будучи ни напряженным, ни расслабленным, а бдительно-внимательным, медитирующий стремится опустошить своё сознание от каких-либо мыслей или образов. Он наблюдает проходящие мысли, не вовлекаясь в них и не забывая оставаться сознающим наблюдателем. Необходимо прийти к точке, когда сознание станет абсолютно ясным, безоблачным. Чистота, уравновешенность сознания, достигаемая в медитации, уподоблялась мистиками зеркальной поверхности воды.

Как правило, цзо-чань (яп. дзадзэн) выполняется сидя лицом к стене в позе лотоса, так как именно эта позиция способствует обретению состояния покоя тела и бодрствования ума. В медитации огромное значение придается дыханию. Оно должно быть ритмичным, замедленным, вводит мистика в состояние гипноза. При этом деятельность коры больших полушарий замедляется.

Чань-буддисты практикуют не только медитацию в позе лотоса, но и ее активно-динамические формы, отдавая предпочтение последним. «Односторонняя привязанность к дхьяне (медитации) неизбежно ведёт к квиетизму и смерти», – писал Д. Т. Судзуки, подчёркивая, что «дхьяна не есть квиетизм, или транквилизация (т.е. спокойствие), а, скорее, это действие, движение, исполнение (определённых) обязанностей, видение, слышание, размышление, вспоминание; дхьяну можно обрести там, где, так сказать, нет [специально] практикуемой дхьяны» [11, р. 105]. Монах должен стремиться пребывать в медитации всегда и везде, занимаясь любым видом труда, и даже во сне.

Созерцание в суфизме – муракаба, в отличие от чань, для мусульманских мистиков не приобрела столь доминирующего значения, уступив по значимости зикру и сама'. Согласно А. А. Хисматулину, основал школу созерцательного мистицизма в исламской традиции багдадский богослов Харис ал-Мухасибид [10, с. 123]. В основу учения ал-Мухасибид легло положение о наблюдении и контроле – муракаба ва мухасаба. Аллах Всеведущ и видит всё скрытое и явное. «Разве он не знает, что Он видит?» (96:14) – сказано в Коране. Подвижник должен неусыпно следить за всеми движениями своей души, сохраняя чистоту помыслов и концентрацию на Всевышнем. В качестве идеальной модели практики муракаба приводится пример кошки, часами, не шелохнувшись, подстерегающей у норки мышшь. Таким образом, созерцание в суфизме суть перманентный самоконтроль и анализ намерений и движений души, действий и поступков.

В совершенной медитации сознание человека приходит в состояние покоя, умиротворенности и равновесия, исчезает всякого рода активность. Мистик погружается в Высшую Реальность, становится свидетелем сокровенных тайн, ощущает близкое присутствие божества.

Из практики созерцания в суфизме вышли такие специфические упражнения, как таваджжух и рабита.

Таваджжух – сосредоточение, концентрация внимания на духовном партнёре. Термин таваджжух означает «смотреть в лицо», «стоять лицом к лицу», употребляется в применении к созерцанию киблы во время ритуальной молитвы. Это слово часто использовалось суфиями применительно к Богу, Пророку, тексту Корана, шейху-наставнику, а впоследствии распространилось на все, что наделено в исламе духовностью.

Рабита есть установление мысленной связи с духовным наставником, шейхом, выполняющим роль васита (медиума) между послушником и Богом. Как осуществляется рабита, описывает Ас-Сануси: «Необходимо воссоздать внутри себя образ своего шейха. Образ этот появляется у правого плеча. Затем он видится в движении от правого плеча к сердцу. Эта мысленная линия служит как бы проходом, через который дух шейха может овладеть этим органом. Этот процесс, если его поддерживать непрерывно, непременно поможет достичь состояния полного растворения в шейхе (ал-фана фи-ш-шайх)» [Цит. по: 8, с. 173].

Основу суфийского психотренинга составляет зикр, представляющий собой определённым образом заданное многократное произнесение абстрактных по значению формул, содержащих в себе имя Бога (Аллаха) или его имена-атрибуты. Эти формулы представлены естественным и сакральным арабским языком, языком Корана и сунны. Зикр как вид практики оформился исходя из Корана и на основе традиций его рецитации вслух. Доказывая правомерность зикра, мусульманские мистики апеллируют к Корану, а именно к следующим аятам: «О те, которые уверовали! Вспоминайте Аллаха частым упоминанием...» (33:41); «...поминанием Аллаха успокаиваются сердца...» (13-28); «Вспомни (узкур) твоего Господа, когда ты

забудешь» (18:24) и т.д. Ал-Газали пишет: «Таинство и суть религиозных отправлений – это зикр. Фраза мусульманства – Ла илаха илла-л-Лаху (Нет Бога кроме Аллаха) – формула признания единобожия – основа зикра, всё остальное выступает в качестве подтверждения данного тезиса... Поминание имён Бога, а их в исламе насчитывается 99, по мнению суфийских авторитетов, должно быть постоянным, или в большинстве переживаемых мюридом состояний, поскольку в нём заключено спасение» [2, с. 262].

Постоянное проговаривание сакрального текста, согласно мистическим представлениям, очищает сознание индивида. Джавад Нурбахш сравнивает зикр с «метлой», которая при помощи «шейха Пути» выметает всё, даже «прах собственного существования» [6, с. 90].

Опираясь на указания в Коране – 2:147, 3:188, 7:204, 8:47, 13:28, 17:110, 18:23/24, 29:44, 33:41 и др., – суфии изначально используют либо формулы, взятые из текста Корана, либо формулы, применяемые в нормативной культовой практике: тасбих (восхваление) – Субхана Аллахи (Хвала Аллаху); тахлил (единобожие) – Ла илаха илла-л-лаху (Нет Бога кроме Аллаха); тахмид (благодарение – восхваление) – Ал-хамду ли-ллахи (Слава Аллаху); Хува (Он); просто имя Бога, то есть Аллах и другие. Формулы зикра могут различаться в разных братствах, кроме того, они должны соответствовать уровню духовного развития подвижников и усложняться по мере их восхождения по мистическому пути. Определённый набор слов или звуков – символов, повторяемых вслух или мысленно, позволяет достичь экстатического состояния, особых трансперсональных состояний. С помощью непрерывного зикра индивид погружается в божественную субстанцию. «Именам и словам» (т.е. фразам) придаётся высший, особый смысл, при их произнесении божественная энергия пронизывает существо произносящего, изменяя его [8, с. 160]. Тотальная концентрация сознания человека, его помыслов, «языка», устремлений на объекте поминания – Боге приводила его к непосредственной «встрече» с Ним.

«Зикр основан на взаимодействии нейрофизиологических коррелятов сознания, подсознания и речи» [3, с. 657]. На этом же механизме основан феномен специфических чаньских методов психотренинга – гун-ань (парадоксальные задачи, яп. коан) и вэнь-да (диалоги-поединки, яп. мондо), которые могли полностью или частично заменить медитацию. Их задача – разрушить привычные логические и вербальные структуры и вызвать вспышку интуитивного озарения, «природы Будды». Медитируя над коаном, ученик не должен пускаться в интеллектуальные спекуляции о вопросе, ответе и их связях. На логическом уровне задача оказывалась неразрешимой, но наставник требовал моментального решения, нередко угрожая применить насильственные методы воздействия. Так, например, наставник Ши-гун испытывал своих учеников «на острие стрелы»: он целился в них из лука и требовал немедленного ответа. В эти моменты наставники получали возможность активно и глубоко управлять сознанием ученика.

Гун-ань (или яп. коан) – некое парадоксальное высказывание либо вопрос учителя-наставника, понять которые посредством рационального осмысления невозможно. Считается, что гун-ань выражает некий высший принцип, одинаково воспринятый всеми. Мистик пытается рефлексировать над коаном, постоянно повторяя его вслух и про себя. Классический пример коана: «Удар двумя ладонями – это хлопок, а что такое хлопок одной ладонью?». Очевидно, что логически коан неразрешим, однако попытка осознать его глубинный смысл выводит ученика за пределы всякой двойственности и приводит к озарению, интуитивной вспышке сознания и узрению природы Будды. В конце концов ученика охватывает «великое сомнение», отчаяние, он как бы подходит к пропасти, срывается, падает – и вдруг осознаёт, что «разум и поставленный вопрос взаимно абсурдны, и если вопрос (вопреки очевидности) имеет ответ, то абсурден (в каких-то отношениях) “омраченный разум”» [7, с. 40]. Цель коана – привести ученика к видению собственного невежества, побудить его пойти дальше абстрактных рассуждений, искать истину в самом себе.

Особенностью чаньского психотренинга являются так называемые методы «шокотерапии». Их глубокий смысл состоит в том, чтобы выбить ученика из привычного шаблонного мышления, «нормального» состояния, разрушить общепринятые представления о «правильном» и «неправильном» и войти в трансперсональное состояние – сатори.

Чаньские наставники с этой целью прибегали к неординарным приемам: это и ритуальное сквернословие, и богохульство, и срамословие божества, и осквернение собственных святынь, и оскорбление Будды, т.е. полная профанация сакральных буддийских представлений и объектов. Так, чаньский патриарх Юньмэнь на вопрос некоего монаха «Кто такой Будда» ответил: «Палочка – подтирка!»; а Дэшаню приписывают знаменитое изречение «Будда – сухой кусок варварского дерьма»; Линь-ци назвал Будду «дырой в отхожем месте» [1, с. 102].

В книге Дж. Фейдимена и Р. Фрейгера приводится пример, ярко иллюстрирующий негативное отношение чань к формализации, ритуализации вероучения, стремление к разрушению устоявшихся догм, акцентирование бесполезности и глупости предпочтения внешних норм внутреннему развитию. Это история о странствующем монахе, который разжег костер из деревянной статуи Будды, чтобы согреться. Подошедший настоятель в ужасе от такого святотатства восклицает: «Что ты делаешь?!». Монах ответил: «Сжигаю этот образ, чтобы извлечь “сарира” (мощи, извлекаемые из останков буддийских святых)». Учитель удивился: «Как можно получить мощи из статуи?». На что был получен спонтанный ответ: «В таком случае, это просто кусок дерева, и я жгу его, чтобы согреться» [9, с. 3-4].

Следует отметить и роль музыки в мистической практике. Способность музыки, звуков разной частоты, ритма, ударов, тональности погружать человека в трансовые состояния известна издревле. Согласно Аликуберову, одним из первых (по-видимому, в мусульманской традиции) психоделические свойства музыки осознал шейх Абу Саид ал-Майхани [3]. «Органическая жизнь основана на разнообразных биологических ритмах и циклах (кровообращения, дыхания, изменения температуры, сна, бодрствования и др.), поэтому музыкальный ритм, гармонизируя, способен активизировать их либо, диссонировав, ослаблять» [Там же, с. 666].

Важнейшим элементом суфийских радений стали сама' – процесс «прослушивания» музыки, представляющий собой целый ритуальный комплекс. Этимология термина «сама'» восходит к арабскому корню с-м', что значит «слушать», «внимать».

Однако в мусульманской среде вопрос использования музыки в мистической практике вызывал острую дискуссию. Если хатм – рецитация Корана, его прослушивание поощряется исламом и возводится в ранг духовно-религиозной практики, то правомерность сама' ставится под сомнение. Ритуальные танцы, музыка широко используются в турецком братстве Маулавийа. Но большинство суфийских братств избегают использования музыки, следуя общепринятому в ортодоксальном исламе запрету.

Компаративистский анализ мистической практики двух религиозно-философских традиций – чань-буддизма и суфизма показывает, что все разработанные методы и приемы психотренинга должны были служить одной общей сотериологической цели – достижению просветления, переходу на интуитивный способ отражения мира. В некоторых аспектах представленные системы обнаруживают близость взглядов и практикуют схожие методы психотренинга, к примеру медитацию, дыхательную гимнастику. Вместе с тем разработаны специфические способы воздействия на психику человека, продиктованные характерными особенностями религий и различными культурно-историческими условиями их возникновения и развития. Несмотря на это, мистический опыт, достигнутый посредством рассмотренных методик, в психофизиологическом отношении универсален, идентичен, независимо от религиозной формы, хотя и интерпретируется в рамках идейного содержания соответствующей религиозной доктрины.

Очевидно, что, помимо решения чисто сотериологических задач, психика практикующихся мистиков подвергается благотворным изменениям, приходя в уравновешенное, спокойное, медитативное состояние. Нет нужды обосновывать и пользу релаксации и дыхательной гимнастики для психического и соматического здоровья. «Побочным продуктом» религиозно-мистической практики становится повышение нравственности, духовных структур личности. При этом они не навязываются извне, ответственными внешними требованиями «абстрактной добродетели», а становятся необходимостью, внутренней потребностью человека, кардинально трансформировавшего свою личность в результате переживаемого духовного опыта. Духовно-нравственное совершенствование личности ведет и к гуманизации общественных отношений. Недаром буддизм признает залогом и началом совершенствования окружающего мира не активную деятельность по его преобразованию, а личное совершенствование индивидов.

Мы полагаем, что трансперсональное измерение жизни должно стать объектом более пристального изучения философов, нейрофизиологов, психологов и других специалистов не только для того, чтобы глубже понять природу этого феномена, причины огромной востребованности в современной культуре. Перспективными представляются исследования, которые позволят осознать, может ли альтернативная модель ценностей, предлагаемых восточными учениями, найти место в современной ценностной парадигме, при поиске путей духовного обновления и трансформации личности в новых социокультурных условиях.

Список источников

1. **Абаев Н. В.** Чань-буддизм и культурно-психологические традиции в средневековом Китае. Новосибирск: Наука, 1989. 271 с.
2. **Абу Хамид ал-Газали ат-Туси.** Кимийа-йи са'адат (Эликсир счастья): в 2-х ч. СПб.: Петербургское востоковедение, 2002. Ч. 1. 384 с.
3. **Аликберов А. К.** Эпоха классического ислама: Абу Бакр ад-Дарбанди и суфийская энциклопедия «Райхан ал-хака'ик» (XI-XII вв.). М.: Восточная литература, 2003. 854 с.
4. **Балагушкин Е. Г.** Научно-аналитическое рассмотрение мистики [Электронный ресурс] // Философская мысль. 2013. № 6. URL: http://e-notabene.ru/fr/article_589.html (дата обращения: 15.02.2019).
5. **Жиртуева Н. С.** Философско-мистические традиции мира: монография. Изд-е 2-е, испр. М.: Вузовский учебник; ИНФРА-М, 2018. 274 с.
6. **Нурбахш Д.** Таверна среди руин. Семь эссе о суфизме. М.: Прогресс, 1997. 136 с.
7. **Померанц Г. С.** Парадоксы дзен // Наука и религия. 1989. № 5. С. 38-41.
8. **Тримингэм Д. С.** Суфийские ордены в исламе. М.: Наука, 1989. 326 с.
9. **Фейдимен Дж., Фрейгер Р.** Личность и личностный рост: восточные теории личности. М., 1994. 128 с.
10. **Хисматуллин А. А.** Суфизм. СПб.: Петербургское востоковедение, 1999. 272 с.
11. **Suzuki D. T.** Zen and Japanese Buddhism. Tokyo: Dai Nippon Printing Co., 1958. 150 p.

MYSTIC PRACTICE IN CHAN BUDDHISM AND SUFISM: COMMON AND PECULIAR FEATURES

Murtuzova Zaira Magomedovna, Ph. D. in Philosophy, Associate Professor
Shaidaeva Gul'nara Magomedovna, Doctor in Philosophy, Professor
Gamzaeva Gul'nara Shakhnavazovna, Ph. D. in History, Associate Professor
Dagestan State Technical University, Makhachkala
nirvana1509@mail.ru; filosofdgtu@mail.ru; gamzaevag@mail.ru

The article provides a comparative analysis of the basic Chan and Sufi mystic techniques, by which the adherents achieve mystic psychic states considered as the lucid moment, spiritual experience of identity with the Supreme Truth, God. The authors examine common and peculiar features of Chan and Sufi mystic psycho-training, analyse the influence of psycho-techniques on an individual's spiritual state and conclude that these practices are identical from the psycho-physiological viewpoint. Mystic experience as itself is interpreted within the framework of the appropriate ideological doctrine.

Key words and phrases: Chan Buddhism; Sufism; mystic practice; psycho-training; meditation; dhikr; lucid moment.