

## ЯСТРЕБОВ АЛЕКСАНДР СЕРГЕЕВИЧ



Аспирант Московского государственного  
университета им. М. В. Ломоносова  
Postgraduate student of Moscow State University  
E-mail: alexander.s.yastrebov@gmail.com

УДК 141

### ПОНИМАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ФИЛОСОФИИ ДЗОГЧЕН

**Аннотация.** Дзогчен – одна из традиций в тибетском буддизме, в рамках которой был выработан оригинальный взгляд на человека и его сознание. Человек понимается здесь исходя из его изменчивого внутреннего мира, при этом изменения, происходящие в нём, рассматриваются как обусловленные собственными предыдущими состояниями. Освобождение человека означает свободу от необходимости следовать им и может быть достигнуто посредством освобождения этих состояний сознания через раскрытие внутренней присущей спонтанности.

**Ключевые слова:** антропология, дзогчен, тибетский буддизм, сознание, спонтанность, ум, человек.

© Ястребов А. С. 2020

**Alexander S. Yastrebov**

Lomonosov Moscow State University  
E-mail: alexander.s.yastrebov@gmail.com

### UNDERSTANDING OF HUMAN IN PHILOSOPHY OF DZOGCHEN

**Abstract.** Dzogchen is one of the traditions of Tibetan Buddhism that has developed an original understanding of human and practices of consciousness. Human is understood here on the basis of his volatile inner world, and the changes occurring are considered to be due to their own previous states. The liberation of human means freedom from having to follow them and could be achieved through the liberation of these states of consciousness by opening of the immanent spontaneity.

**Keywords:** anthropology, dzogchen, Tibetan Buddhism, consciousness, spontaneity, mind, human.

DOI: 10.32691/2410-0935-2020-15-255-259

Дзогчен – традиция тибетского буддизма, развитая в двух его наиболее старых школах – бон и ньингма. Обе школы разделяют учение будд на девять путей<sup>1</sup>, среди которых дзогчен относится к девятому, наивысшему по воззрению, способу практики и скорости достижения результата. В целом дзогчен опирается на философию махаяны, однако его отличительной чертой является собственное понимание человека, его ума, и происходящий из этого понимания способ освобождения [Лонгчен Рабджам 2017; Лопон Тензин Намдак 2019].

«Дзогчен» в переводе с тибетского означает «великое совершенство» или «великая завершенность»<sup>2</sup>. Понятие «совершенства» или «завершенности» применительно к дзогчен как учению связано, с одной стороны, с тем, что он даёт наиболее быстрый результат практики воззрения (по сравнению с другими буддийскими практиками) – кратчайший по времени путь к достижению освобождения, что говорит о его эффективности, и, с другой стороны, – с тем, что он включает в себя понимание и плоды всех предыдущих восьми путей.

Цель дзогчена, как и буддизма в целом, – избавление человека от страданий. Особенностью дзогчена является взгляд, согласно которому человек определяется, прежде всего, собственным умом<sup>3</sup>. Его страдания непосредственно связаны с умом, возникают как деятельность ума, переживания и мышления в результате переживаний. Освобождение страдающего ума от деятельности по страданию, заключается в самопознании, преодолении самого себя, в конечном итоге, – в выходе за пределы ограниченного ума. Ум проявляется и как страдание, и как страдающий, который возникает в момент деятельности по страданию, и существует только в ней.

Всё наше существование, взаимодействие с внешним миром и собой происходит через призму ума. Действие ума – восприятие и последующее мышление, опираются по большей части на накопленные «отпечатки»<sup>4</sup> – впечатления/реакции, исходя из которых создаётся весь последующий опыт, знание, суждение и поведение.

Обычный способ работы ума предполагает выстраивание отношений со всеми объектами опыта на основе трех основных «ядов сознания», тенден-

<sup>1</sup> Для бона (синонимично санскр. понятию «дхарма», в зависимости от контекста означает либо «учение», либо «феномен») это разделение включает: первые четыре – «бон (учения) причины» (по порядку к ним относятся практики и объяснения предсказаний, подчинение божеств и демонов, устранение врагов и препятствий, ведение существ через бардо (промежуточное состояние после смерти до нового перерождения) и пять «бон плода», ведущие к просветлению (практики добродетели для мирян, аскетические практики, следующие два относятся к тантрическим практикам и последний – непосредственно дзогчен). Все девять путей призваны устранить различные страдания человека, при этом, хотя каждый последующий считается превосходящим предыдущего по воззрению, они не исключают друг друга и могут практиковаться одновременно в зависимости от предрасположенности и понимания («способностей») конкретного человека. Более подробно по этому вопросу см., напр. [Девять путей бона 2017])

<sup>2</sup> Другие варианты перевода: «полное (в смысле завершенности, полноты), абсолютное (тотальное) совершенство», «наиболее завершенный или законченный». Соотношение понятий «совершенство» и «завершенность» в дзогчене – интересный аспект для рассмотрения, но не входит в настоящую работу в силу ограничений её объёма.

<sup>3</sup> К области ума в дзогчене традиционно относят весь внутренний опыт человека, переживания, мышление, эмоции и т. д. Здесь и далее понятие «ум» используется в соответствии с этим пониманием.

<sup>4</sup> Санскр. *vāsanā*, тиб. багчаг (*bag chags*).

ций, которые проявляются как развитие влечения/неприязни/безразличия к этим объектам. Так, сначала объекты переживаемого опыта воспринимаются, распознаются, спонтанно возникают в уме, далее человек следует сложившимся собственным впечатлениям в их отношении, последовательно развивая более грубые уровни мышления: распознавание как объекта (здесь возникает двойственность восприятия), обозначение и оценка; мышление (условно – внутренний диалог) в соответствии с оцениванием). Всё это происходит от начала до конца в уме и в этом смысле внешний и внутренний мир человека нераздельны в практике дзогчен, с другой стороны, эта граница стирается в не двойственном восприятии.

Как и в других традициях буддизма, в дзогчене сознание рассматривается непостоянным, изменяющимся, и эти изменения происходят безостановочно на основании предыдущих накоплений, привычек мышления, и ведут к созданию новых. Будучи пережитыми, впечатления откладываются как отпечатки, которые станут импульсами, способствующими развитию аналогичных переживаний в силу привычки ума при возникновении подходящих обстоятельств в будущем. Таким образом проявляется карма – как создание склонностей и следование им, умышленное или нет. Такой процесс бесконечен и определяет весь способ нашего существования.

Свобода от необходимости следования собственным тенденциям ума является просветлением. Просветленные качества ума уже присутствуют в потенциале сознания каждого человека<sup>5</sup>, этим объясняется возможность его достижения: ведь то, что находится за пределами человека, не может стать его частью, а, значит, не может быть постигнуто. В то же время, потенциальная возможность просветления, заложенная в самом уме, обуславливает отсутствие необходимости искать некое «просветление», свою внутреннюю свободу, за пределами собственного существа.

Как и все буддийские практики, дзогчен направлен на то, чтобы дать просветленным качествам сознания проявиться из потенциального, спящего состояния. Следование данным практикам – лишь косвенное условие для раскрытия своей свободы, но не причина освобождения. В этом смысле можно сказать, что причины для него нет, либо оно опирается на себя как причину (например, в случае спонтанного поведения). Мышление же, как реакция ума, опирается на отпечатки, которые становятся его причиной и основанием. Устранение тем или иным способом этих причин (см. далее в настоящей работе) позволяет проявиться освобожденному уму, уму в его подлинном качестве, не загрязненному цепляющимся мышлением, изменяющим спонтанные реакции на ограниченные, обусловленные. Освобожденный ум, наоборот, проявляет себя спонтанно.

Главное различие между непросветленным и просветленным умом – цепляние за возникающие отпечатки, следование ума за ними и повторение, производство новых. При этом у просветленного ума сначала в процессе освобождения прекращается привычное мышление в духе следования за отпе-

<sup>5</sup> Строго говоря, согласно буддийскому учению, ум любого живого существа подобен человеку в этом смысле и потенциально обладает способностью к просветлению. Однако, часто говорится о ценности именно человеческого (пере)рождения, поскольку человек более открыт и способен к пониманию и практике учений, ведущих к освобождению.

чатками, а затем исчерпываются и сами отпечатки, что является окончанием «круговорота», выходом за пределы необходимости следовать по собственным кармическим следам и породить новые.

Действие непросветлённого ума, проявляющееся через двойственное восприятие (субъект – объект) и связанное с ним последующее цепляние и оценочное мышление воспринимаются в дзогчене как изменения ума (уход от спонтанного проявления, так называемого «естественного ума», т. е., необусловленного действия ума. Изменениями ума являются также и все буддийские практики, кроме дзогчена, так как они предполагают некоторую работу по изменению собственных реакций/привычек мышления. Предполагается, что человек в обычной жизни в основном накапливает негативные тенденции, здесь, сознательно, – позитивные. Карма как потенциально существующие склонности, не исчерпывается. Только практика дзогчен оставляет ум «на своём месте», не изменяет его, что позволяет предыдущим импульсам возникнуть и угаснуть, и далее проявиться видению собственной (свободной) природы и возможности действовать, непосредственно исходя из этого видения. Такие действия не будут иметь никакой мыслимой причины в рамках субъекта-деятеля.

Каким же образом ум работает с отпечатками и как он может освободиться от отпечатков и следования им? В дзогчене выделяются три способа работы с отпечатками.

Первый путь (сутра, путь отречения) – следование правилам и собственным установкам, которые помогают развить позитивные качества в уме («благие отпечатки», которые ведут к благой карме, более счастливым состояниям ума), и подавить негативные. В этом случае первые будут заслонять вторые и не дадут им развиться, но оба накопления будут присутствовать в потенциале ума. Практики отречения в основном состоят в аналитической медитации, т. е. характеризуются как работа рассудочного ума по подавлению одних мыслей и развитию других, которые и становятся новой привычкой.

Следующим способом является тантра (путь трансформации), где негативные отпечатки/склонности непосредственно превращаются в благие. Это более прямой и быстрый способ изменения.

Наконец, третий, собственно дзогчен, путь (само)освобождения. Это путь, когда в момент проявления тех или иных отпечатков/тенденций им позволяют возникнуть, но не изменяют и не следуют за ними мыслями. Тогда они постепенно (в зависимости от силы впечатления) исчезают. Такое созерцание не следует смешивать с игнорированием мыслей или их подавлением (что является опасной и грубой ошибкой в понимании и практике). Действие кармы, связанной с привычками, ослабляется и постепенно устраняется, при этом новые привычки не образуются. В дзогчене практика как процесс нераздельна с результатом самой практики.

Несмотря на разницу между освобождённым умом и умом, следующим своим привычкам, они сосуществуют одновременно, в каждый момент времени, в каждой точке переживания человека. Человек – спонтанен и закреплён одновременно. Ум действует спонтанно, но реакции, соответствующие цеплянию, и его деятельность, заслоняют эту спонтанность от субъекта. Ощущения, переживания, образы и мысли, возникающие в не достигшем просветления и освобождения уме, возникают вне зависимости от желания и стремлений

самого человека. В этом смысле они спонтанны. В то же время эти мысли являются продуктом прошлых впечатлений. И, следовательно, обусловлены ими, и потому не могут считаться абсолютно спонтанными. В данном случае мы можем говорить об относительной спонтанности, которая получает возможность проявления и создания через мышление, когда рациональный ум создаёт правила и следует им на её основании, или накапливает отпечатки и следует им. Абсолютная спонтанность находится за пределами такого рассудочного ума, свободна от тенденций и привычек мышления. Она немыслима за пределами того, что можно помыслить, в этом проявляется её абсурдность. Смысл ограничивает бессмыслицу, он не может удержать её в себе во всей полноте. И, наоборот, абсурд парадоксален, он легко может играть со смыслами и переходить от одного к другому, не ограничиваясь ими.

Свобода в обычном смысле, как проявление воли, возможности выбора, возникает только на относительном уровне, где этот выбор может быть осмыслен и «сделан» с той или иной степенью свободы. Даже сам выбор, рассудочное понимание и осознание возможностей, будет их ограничением. С другой стороны, только через абсолютную спонтанность возможно действие относительное. Ведь следование собственным правилам связано с моментом принятия выбора, установление этих правил будет возможно исходя из точки самовоздействия, самонаблюдения, когда совершён выход за пределы механистических цепей мышления, что даёт возможность изменять его далее. Это момент, когда человек отвлекается от действия рассудка и выходит за его рамки. Абсолютный выход за собственные границы и будет абсолютной свободой.

### Библиография

- Лонгчен Рабджам 2017 – *Лонгчен Рабджам*. Драгоценная сокровищница Дхармадхату. Гимн пробужденного ума. Пер. с тиб. Лама Сонам Дордже (О. Поздняков). Москва: Ганга, 2017. 448 с.
- Лопон Тензин Намдак 2019 – *Лопон Тензин Намдак*. Бонские учения дзогчена. Учения дзогчена из ретритов в Австрии, Англии, Голландии и Америке. Пер. с англ. Ф. Маликовой, Т. Науменко, А. Прабхиной. Москва: Джалю, 2019. 256 с.
- Девять путей бона. Выдержки из «Зиджи». Пер. Д. Снеллгроува. Москва: Культурный центр «Джалю», 2017. 352 с.

### References

- Longchen Rabdzham 2017 – *Longchen Rabdzham*. Precious treasury of Dharmadhatu. Hymn of the awakened mind. Transl. from Tibetan by Lama Sonam Dorje (O. Pozdnyakov). Moscow: Ganga Publ., 2017. 448 p.
- Lopon Tenzin Namdak 2019 – *Lopon Tenzin Namdak*. Bon teachings of Dzogchen. Dzogchen teachings from the retreats in Austria, the Netherlands and USA. Transl. from Engl. by F. Malikova, T. Naumenko, A. Prabhina. Moscow: Jalu Publ., 2019. 256 p.
- Nine ways of bon. Extracts from “Zidji”. Transl. from Engl. by David Snellgrove. Moscow: Cultural center Jalu Publ., 2017. 352 p.