

УДК 130.2; 24

DOI 10.23683/2227-8656.2018.6.10



## АФФЕКТИВНЫЙ АСПЕКТ БУДДИЙСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ<sup>1</sup>

**Чернова Ирина Борисовна**

Кандидат философских наук,  
доцент кафедры философии,  
Московский университет МВД  
им. В.Я. Кикотя,  
г. Подольск, Россия,  
e-mail: chibor@bk.ru

**Коновалова Лидия Аслановна**

Аспирант кафедры философии и социологии,  
Адыгейский государственный университет,  
г. Майкоп, Россия,  
e-mail: liliyadzybova@yandex.ru

## AFFECTIVE ASPECT OF BUDDHIST IDENTITY

**Irina B. Chernova**

Candidate of Philosophy, Associate Professor  
of the Department of Philosophy,  
Moscow University of the MIA of Russia  
named after V.Ya. Kikot,  
Podolsk, Russia,  
e-mail: chibor@bk.ru

**Lidiya A. Konovalova**

Postgraduate Student,  
Department of Philosophy and Sociology,  
Adyge State University,  
Maikop, Russia,  
e-mail: liliyadzybova@yandex.ru

Статья посвящена анализу возможностей воздействия буддийского вероисповедания на эмоциональное состояние и развитие личности верующего. На основе обширного материала автор показывает, что буддизм, как правило, благотворно влияет на духовное и психическое здоровье личности, способствует позитивному эмоциональному настрою даже в сложных жизненных ситуациях. Однако ритуальные техники, направленные на принятие иллюзорности личности, могут порождать апатию, потерю смысловых ориентиров, снижение самооценки верующего человека.

The article is devoted to the analysis of the possibilities of the influence of the Buddhist faith on the emotional state and development of the personality of the believer. Based on extensive material, the author shows that Buddhism, as a rule, has a beneficial effect on the spiritual and mental health of the individual, contributes to a positive emotional state even in difficult life situations. However, ritual techniques aimed at accepting the illusory nature of an individual can create apathy, loss of meaningful orientations, and a decrease in the self-esteem of a believer.

<sup>1</sup> Работа выполнена при поддержке гранта Президента РФ для поддержки ведущих научных школ НШ-6738.2018.6 «Ислам в региональном социокультурном пространстве России: диагностика состояния и трансформаций (на примере Республики Адыгея)».

**Ключевые слова:** религиозная идентичность, буддизм, аффективная сфера, духовность. **Keywords:** religious identity, Buddhism, affective sphere, spirituality.

## Введение

Эмоциональное воспитание – одна из важных частей комплексного подхода к развитию личности. Значимость аффективной сферы для формирования позитивной духовности во все времена оценивалась высоко. Очевидно, что и в современном обществе риска актуальна не только «дисциплина ума», но «дисциплина чувства», без которой первая невозможна: там, где нет навыков эмоционального контроля, даже изощренный интеллект не застрахован от ошибки. В этих условиях философы, педагоги и психологи с особым интересом осмысливают многовековой опыт работы с аффективной сферой, накопленный в традиционных для нашего общества религиях. Политическая конъюнктура то призывает искоренять всё, что так или иначе связано с религией, то, наоборот, в обращении к религиозным истокам культуры ищет фундамент национальной идеи, а при таком подходе уже любая критика религии воспринимается чуть ли не как угроза национальной безопасности. Задача ученого – дистанцироваться от тенденциозных, идеологически обусловленных выводов и сконцентрироваться на объективно значимом материале, касающемся изучаемого аспекта религиозной традиции, дающем нам основания как для позитивных оценок этого наследия, так и для констатации проблемных ситуаций, способных нести угрозу духовной безопасности личности. Целью данного исследования является анализ возможностей влияния на эмоциональное состояние и воспитание личности, идущей путём буддийской идентификации.

### Теоретические предпосылки и основания исследования

При значительном различии теоретических установок тех или иных ответвлений буддизма все они исходят из четырех благородных истин, сформулированных Буддой. Согласно первой из них, «жизнь есть дуккха – страдание». Это может быть как страдание тела из-за недостатка или излишества в удовлетворении жизненных потребностей, так и страдание души из-за угрызений совести или непризнания нашей значимости со стороны общества. Это может быть и сострадание, когда человек принимает горе других людей как своё. В любом случае «дуккха – это глубоко укорененное в душе каждого человека ощущение неудовлетворенности от мира, в котором мы не можем осуществить наши страстные желания», – пишет К. Эррикер (Эррикер, 2001. С. 67). «Даже ливень из золотых монет не принесет удовлетворения

страстям. Мудр тот, кто знает: страсти болезненны, и мало от них радости», – учит Дхаммапада (Дхаммапада, 1960. С. 54). Однако всё живое, в том числе и человек, стремится избежать страдания. Поэтому, начиная с Сиддхартха Гаутамы, буддисты ищут ответы на вопросы о причинах, по которым человек испытывает страдания, и о способах, позволяющих от них избавиться. Страдания, согласно их выводам, являются проявлениями ментальных загрязнений, «оскверненных» проявлений сознания – клеша, которых буддийские священные тексты насчитывают 84 тысячи. Значительная часть из них – деструктивные, негативные эмоциональные состояния и чувства, так или иначе затрагивающие познавательные, нравственные и эстетические проявления духовности (Аблеев, 2015. С. 53–54). Тем не менее понятие «клеша» шире по своему содержанию, чем понятие «эмоция», так как оно включает в себя, помимо тех или иных эмоций, множество других характеристик личности, рассматриваемых как источники страдания. Основными в списке клеша являются ненависть, гнев, пристрастие, заблуждение, самомнение, зависть. Каждый из указанных видов ментальных загрязнений порождает новые. К примеру, гнев порождает ярость, негодование, озлобленность, ревность, жестокость; а важными порождениями заблуждения признаются слепая, фанатичная вера и духовная лень, выражающаяся в отсутствии стремления к духовному развитию. Заблуждение и пристрастность вместе порождают бесстыдство и его обратную сторону – невнимание к другим. Однако, каким бы длинным и разнообразным ни был список вызывающих страдания клеша, их фундаментальная причина, по убеждению буддистов, одна – непонимание человеком обоснованного концепцией анатта иллюзорного характера самости. «Поскольку “я”, которое так удобно представляется нашему уму как обладающее самобытием, не тождественно совокупностям человека и не отлично от них, то такого “я” не существует вовсе. “Я” остаётся как условное обозначение, просто как наименование», – поясняет эту мысль Тензин Гьяцо, Далай-лама XIV (Далай-лама XIV, 2000. С. 120). «Когда мы начинаем цепляться за представление о своем “я” как о чем-то реально существующем и требующем защиты и заботы – вот тогда появляются все беды», – продолжает мысль далай-ламы буддийский теолог М. Рикар (Гоулман, 2009. С. 136). Но если всё, что человек привык считать своим, бrenно и не имеет ценности, то и желания «я» могут быть отброшены или по крайней мере поставлены под контроль, а деструктивные чувства заменены конструктивными. Как записано в Дхаммападе, «да победит он гнев отсутствием гнева, недоброе – добрым, да победит он скупость щедростью,

правдой – лжеца» (Дхаммапада, 1960. С. 60). Об этом же рассуждает Далай-лама XIV: «Когда мы используем конкретные противоядия от ментальных загрязнений, то, как правило, эти противоядия отражают природу самих загрязнений. Например, для нейтрализации привязанности можно использовать медитативные приёмы, помогающие вспомнить неприятные характеристики объекта вашей привязанности. Чтобы избавиться от вожделения, нужно в первую очередь обратить внимание на непривлекательные качества объекта, способные нейтрализовать навязчивое вожделение. А если вам нужно преодолеть гнев или отвращение, попробуйте культивировать в себе милосердие» (Гоулман, 2009. С. 154). При этом необходимой базой для всех достоинств личности признается наличие веры: «Вера – высшая из колесниц, что привозит к состоянию Будды. Потому, коль человек разумен, верой руководствуется он. В людях, что не веруют совсем, не родятся качества благие» (Дже Цонкхапа, 1993).

Пока человек ищет причину своего страдания во внешнем мире – в недостойном поведении других людей, в плохих законах или в несчастной судьбе, у него нет шансов преодолеть его тотальность. Только с обретением веры появляется осознание необходимости изменения себя на срединном пути, открытом Буддой (Аблеев, 2016. С. 24). Таким образом, возникает изменение своего отношения к реальности, что, согласно буддийской теологии, может быть продуктивно для спасения из потока перерождений, а следовательно, соответствует смыслу жизни буддиста. «Не под силу мне подчинить себе ход событий, – пишет Шантидева, – но, если сумею я покорить свой ум, разве будет нужда покорять что-то еще?» (Шантидева, 1993. С. 28). Только тот человек, который, исповедуя буддизм, идет по пути борьбы со своими страстями, осмысления истины и милосердия, может надеяться на достижение нирваны и не подвергает опасности своё духовное здоровье.

Надо отметить, что, выступая против любых крайностей, буддисты не одобряют проявления не только негативных, но и позитивных эмоциональных состояний, если они достигают пика воплощения и выступают как страсть и самоцель. Неслучайно у бхигшу под запретом пустые развлечения и увеселительные зрелища. Ещё более порицаемым в буддизме является злорадство. Поэтому ценность представляет не любая, а особая, чистая радость, отличающаяся от радости – реакции на телесные и интеллектуальные удовольствия человека. Она выводит индивида за пределы мирских переживаний, в сферу духовных и этических ценностей. Данное положение отличает буддийскую практику срединного пути от брахманистского аскетизма, избегающего пе-

реживания радости и рассматривающего страдание как единственное средство спасения.

### **Результаты исследования и их обсуждение**

Буддизм видит разницу между такими парами характеристик эмоций, как конструктивное – деструктивное и положительное – отрицательное. «Главная цель буддийского вероучения, – пишет Далай-лама XIV Тензин Гьяцо, – заключается в том, чтобы ослабить влияние деструктивных эмоций на нашу жизнь» (Гоулман, 2009. С. 9). При этом, особенно в ваджраяне, признается, что отрицательные эмоции могут играть в жизни человека конструктивную роль, например страх или праведный гнев, а положительные эмоции, наоборот, могут быть деструктивными, привязывая индивида к миру сансары. Чтобы оторваться от мира сансары, буддисты в процессе садханы культивируют в своем сознании мудриту – равностность – состояние невовлеченности ни в горе, ни в радость, ни в славу, ни в потерю, ни в вожделение. Конечно же, на жизненном пути каждого человека, независимо от его вероисповедания, есть различные испытания, да и развивать личную духовность невозможно, если при этом игнорируются страдания других людей. Однако способность сохранять хладнокровие, эмоциональную сдержанность и способность подняться над ситуацией весьма полезны, чтобы оказать реальную помощь жертвам тех или иных стихий и обстоятельств, а также чтобы самому избежать конфликтных, провоцирующих агрессию ситуаций. Вот как об этой особенности пишет М. Рикар: «Чтобы хлопнуть в ладоши, нужны две руки. Если у человека нет никакого желания конфликтовать, то с ним гораздо труднее завязать драку. Судить только по текстам и биографиям трудно, но в тибетской истории можно найти множество историй о медитаторах и отшельниках, которые сталкивались с бандитами и даже с дикими животными. Когда бандиты неожиданно оказывались рядом с человеком, который демонстрировал исключительную безмятежность и доброжелательное хладнокровие, их первоначальные намерения резко менялись, словно в котел кипящих эмоций наливали холодную воду» (Гоулман, 2009. С. 446).

Особый интерес для исследования аффективной сферы личности буддиста представляет феномен нирваны. Это состояние было бы некорректно называть экстазом, так как «экстаз – это высшая степень восторга, воодушевления, иногда на грани исступления, доходящего до болезненности и безумия... он связывается с безудержной чувственностью за “пределом себя”» (Козлов, 2010. С. 99), что противоречит буддийскому представлению о нирване как о полном угасании

эмоциональной активности человека. Но было ли лишено состояние Будды в момент просветления любой эмоциональной окраски? Этот вопрос исследовал В.В. Козлов в монографии «Психология буддизма». Для обозначения аффективной составляющей опыта, полученного Буддой, В.В. Козлов предлагает использовать термины «атараксия +» и особенно «инстаз», понимаемый им как «более дисциплинированное, систематическое и поэтому сохраняющееся во внутреннем сознании тихое созерцание. Именно в этом состоянии сознания возможно интегрировать мыслящего субъекта, мышление как процесс и мыслимое как содержание деятельности. Когда эти три составляющие сливаются друг с другом и растворяются в единстве – это и есть инстаз как глубокая медитация на истину, суннату (непреходящее знание)» (Козлов, 2010. С. 99). Если при этом и присутствуют какие-либо эмоции, то это не пассивное равнодушие, а татрамаджхаттата – «безмятежность, исключительно положительное всеохватное духовное равновесие, умирение, блаженство совершенной гармонии». Более того, как повествуют буддийские тексты, решение не уходить в нирвану, а посвятить свою жизнь просвещению людей Будда принял под воздействием чувства великого сострадания – махакаруны – и тем самым он дал своим последователям главный урок отношения к ближнему. Таким образом, освободив сознание от эгоизма и очистив его от сосредоточенности на своих желаниях, буддист, с одной стороны, обретает блаженство и спокойствие, а с другой – возможность направить свою энергию на заботу о других людях, развивать «участливую доброту» или всеобъемлющую любовь. «Отдавать – это цель, к которой нужно стремиться, если вы ведете буддийский образ жизни», – пишет К. Эррикер (Эррикер, 2001. С. 158). Поэтому основой всех добродетелей в буддизме признается чувство чистой бескорыстной любви, нацеленной на заботу о других – как о ближних, так и о дальних. При этом чистота любви в контексте вероучения буддизма подразумевает отсутствие пристрастности и привязанности, воспринимаемых как ментальные загрязнения, как проявление эгоизма и собственничества в отношении другого человека. Деятельная любовь и «участливая доброта» стремятся не переделывать окружающих под себя, в соответствии со своими представлениями о том, какими бы они должны были быть, а наоборот, максимально деликатно в рамках своих способностей обеспечивают благоприятные условия и возможности для свободного выбора личности в духовном поиске и развитии. Об этом повествуется в Метта-сутте Суттанипаты: «Как мать охраняет своё дитя, своего единственного ребенка, своей жизнью, так следует проявлять безмерную любовь ко всем су-

ществам, ко всему миру следует проявлять безмерную любовь к высшим, к низшим, к равным с нами, беспредельно, без вражды и соперничества» (Козлов, 2010. С. 154).

Культуры народов, исповедующих буддизм в течение многих веков, ориентированы на буддийский образ жизни и систему буддийских ценностей. Именно в этой среде наиболее четко проявляются результаты воздействия буддизма как на духовность человека, так и в целом на его психическое здоровье. К примеру, в тибетском обществе крайне редко можно увидеть, чтобы дети топтали насекомых. «Проведенное в Бангладеш исследование с участием детей, восстанавливающихся после травм, полученных во время стихийного бедствия, показало одну особенность: дети, которые воспитывались на буддийских ценностях, значительно быстрее оправлялись от горя и гораздо меньше страдали от душевных потрясений, чем дети из других культурных слоев общества», – сообщает М. Риккар (Гоулман, 2009. С. 337).

Как видим, не отрицая существования сверхъестественных существ и реальности, выходящей за рамки привычной обыденной жизни человека, буддизм тем не менее ориентирует и членов сангхи, и тех, кто только начинает путь религиозной идентификации в границах данной религии, на усиление внимания к их собственному духовному состоянию и развитию. Примеры из жизни Будды, известных лам и бодхисатв, отточенная в течение многих веков система правил поведения, приемов контроля и трансформации чувств, с которыми знакомятся неофиты, и, прежде всего, общение с опытными учителями-буддистами (гуру) приносят социально значимые, благотворные для духовности личности результаты. В аффективной сфере они проявляются в усилении эмоциональной устойчивости, доминировании позитивных чувств радости и удовлетворения, любви и сострадания, доброжелательности и толерантности над деструктивными состояниями гнева, отчаяния, ненависти, разочарования, недоброжелательности. Они помогают преодолеть ощущение несчастья и страдания и почувствовать себя счастливым. Более того, спокойствие и оптимизм, которые проявляют буддисты в отношении к современному, нестабильному и полному испытаний миру, их искренняя открытость для диалога и доброжелательность как к единоверцам, так и к представителям других конфессий, их способность наслаждаться самой простой жизнью и противостоять стрессам и избегать конфликтов – всё это соответствует духовным потребностям и привлекает большое внимание многочисленных выходцев из стран Европы и Америки, а следовательно, способствует распространению буддийской идентичности в этих регионах.

Подчеркивая в целом благотворное воздействие буддийской идентификации на духовность и духовное здоровье верующих, необходимо также обратить внимание на ситуации, в которых этот процесс может нести угрозу духовной безопасности личности, особенно если речь идет о неофитах, воспитанных в иных культурных условиях. Буддийское духовенство, непосредственно или опосредованно влияющее на идентификацию неофитов, может быть разделено на две большие группы в зависимости от их представления о возможных путях духовного совершенствования личности. К первой группе принадлежат монахи, признающие достаточным средством спасения соблюдение нравственных правил, отрешение от материальных интересов и безмятежность духа. Вторая группа – сторонники метода прямого пути – экстремальных мистических техник, способных привести к озарению и появлению сверхъестественных способностей лишь немногих. Для психики же остальных, особенно прибегающих к данным практикам без подготовки и особого контроля опытного учителя, они представляют реальную опасность. Вот как А. Дэвид-Ниль описывает обряд тшед (жертвоприношение), призванный помочь послушнику победить страх смерти и осознать иллюзорность самости: «Священнодействующий трубит в канглинг, приглашая демонов на пир. Он воображает божество женского пола, олицетворяющее его собственную волю. Его образ устремляется из головы его, через макушку, с саблей в руке. Одним взмахом она отрубает ему голову. Затем, в то время как со всех сторон слетаются стаи вампиров, она отсекает от тела руки и ноги, сдирает с туловища кожу и вспарывает живот. Из живота вываливаются внутренности, а омерзительные гости всё раздирают, грызут и чавкают. Священнодействующий сам натравливает их на добычу ритуальными заклятиями: “На протяжении беспредельного ряда веков я занимался у бесчисленных существ мою пищу, мою одежду и всевозможные блага, чтобы содержать мое тело в добром здравии, в радости и защищать его от смерти. Нынче я плачу долги, предлагая на истребление им свое тело, которое я так любил, холил и лелеял. Я отдаю свою плоть алчущим, кровь – жаждущим, свою кожу – тем, кто наг, свое счастье – несчастным, моё дыхание жизни – умирающим”. Это действие именуется “красное пиршество”. За ним следует “черное пиршество”. Теперь ученик должен представить себе, будто от него осталась маленькая кучка обуглившихся останков, плавающая на поверхности озера черной грязи – грязи от нечистых помыслов и дурных дел, запятнавшей его духовную сущность на протяжении неисчислимого ряда существований. Он должен понять: идея жертвы, только что



ввергнувшая его в состояние экзальтации, не что иное, как иллюзия. На самом деле ему нечего отдать, потому что он есть ничто» (Дэвид-Ниль, 1991. С. 114–116). Как утверждает данный автор, случаи безумия и даже смерти среди практикующих подобные техники далеко не редкость.

### Заключение

Таким образом, на основе проведенного анализа влияния буддизма на состояние аффективной сферы психики верующих можно сделать вывод, что в большинстве случаев буддийская идентичность способствует доминированию позитивного эмоционального фона и конструктивной направленности высших чувств человека. Тем не менее для обеспечения духовной безопасности личности необходимо избегать применения экстремальных практик прямого пути идентификации, особенно для неофитов и вне монастырской общины.

### Литература

- Аблеев С.Р.* История мировой философии. М. : ЮРАЙТ, 2016. 318 с.
- Аблеев С.Р.* Философия классической йоги. М. : Амрита-Русь, 2015. 260 с.
- Гоулман Д.* Деструктивные эмоции. Как с ними справиться? Научный диалог с далай-ламой. М. : Попурри, 2009. 576 с.
- Далай-лама XIV.* Буддизм Тибета // Буддизм. Четыре благородных истины. М. : ЭКСМО-Пресс; Харьков : Фолио, 2000. 992 с.
- Дже Цонкхана.* Большое руководство к этапам пути пробуждения // Нартанг бюллетень. 1993. № 10–11. Режим доступа: <http://www.buddhismofrussia.ru/HTML/br2obet у.php>.
- Дхаммапада / пер. с пали, введение и комментарии В.Н. Топорова; отв. ред. Ю.Н. Рерих. М., 1960.
- Дэвид-Ниль А.* Мистики и маги Тибета. Ростов н/Д. : Журналист, 1991. 141 с.
- Козлов В.В.* Психология буддизма. М., 2010. 234 с.
- Шантидева.* Вступление на путь Бодхисаттвы // Нартанг бюллетень. 1993. № 19. С. 30.
- Эррикер К.* Буддизм. М. : ФАИР-ПРЕСС, 2001. 301 с.

### References

- Ableev, S.R.* (2016) *Istoriya mirovoy filosofii*. M.: YuRAYT.
- Ableev, S.R.* (2015). *Filosofiya klasicheskoy yogi*. M.: Amrita-Rus'.
- Goulman, D.* (2009). *Destruktivnye emotsii. Kak s nimi spravit'sya? Nauchnyy dialog s dalay-lamoy*. M.: Popurri.
- Dalay-lama XIV.* (2000). *Buddizm Tibeta. Buddizm. Chetyre blagorodnykh istiny*. M.: EKSMO-Press; Khar'kov: Folio.
- Dzhe Tsonkkhapa.* (1993). *Bol'shoe rukovodstvo k etapam puti probuzhdeniya. Nartang byulleten'*, 10-11. Available at: <http://www.buddhismofrussia.ru/HTML/br2obety.php>.
- Dkhammapada / per. s pali, vvedenie i kommentarii V.N. Toporova; отв. red. Yu.N. Rerikh.* M., 1960.
- Devid-Nil', A.* (1991). *Mistiki i magi Tibeta*. Rostov-on-Don: Zhurnalist.
- Kozlov, V.V.* (2010). *Psikhologiya buddizma*. M.
- Shantideva.* (1993). *Vstuplenie na put' Bodkhisattvy. Nartang byulleten'*, 19, 30. (in Russian).
- Erriker, K.* (2001). *Buddizm*. M.: FAIR-PRESS.

Поступила в редакцию

28 ноября 2018 г.