

УДК 294.3

АЮШЕЕВА Дулма Владимировна – кандидат философских наук, доцент, старший научный сотрудник Института монголоведения, буддологии и тибетологии СО РАН (670047, Россия, Республика Бурятия, г. Улан-Удэ, ул. Сахьяновой, 6; [dulmaaush@yandex.ru](mailto:dulmaaush@yandex.ru))

## УЕДИНЕНИЕ В ТИБЕТСКОМ БУДДИЗМЕ

**Аннотация.** Статья посвящена практике уединения в тибетском буддизме. Автор раскрывает суть уединения в буддизме и определяет различные его виды: физическое, статусное, психологическое, махаянское и тантрическое. Практика комплекса элементов, связанного с реализацией относительной бодхи-читы (махаянского уединения), является в настоящее время одной из самых востребованных, поскольку не требует слепой веры и погружения в состояние транс. Не покушаясь на изменение научной картины мира, она гармонизирует душевную жизнь человека.

**Ключевые слова:** тибетский буддизм, уединение, затворничество, тантра, Махаяна

В настоящее время среди западных буддистов очень популярной стала такая форма созерцательной практики, как ретрит. Новомодное название «ретрит» заимствовано из английского языка (*retreat* – удалиться, уединиться). Она организуется в ретритных центрах, которые можно назвать специфическим новообразованием тибетского буддизма на Западе.

Современное толкование термина «уединение» значительно отличается от традиционного. Согласно издавна сложившейся традиции, буддийские монахи и миряне вначале посвящали несколько лет изучению философских принципов и практических основ Учения, а затем приступали к интенсивной практике, проводя месяцы и годы в уединенном затворничестве, медитируя над сутью полученных учений для достижения духовной реализации и просветления [Сонам Дорже 2014: 11].

В наше время современному социально занятому человеку нелегко выделить время и энергию для затворничества. Кроме того, он стремится интегрировать буддийское учение в свою повседневную реальность, не меняя и не отказываясь от нее. В силу этого получили распространение кратковременные, например однонедельные, двухнедельные, месячные затворничества, часто не единичные по своей форме, как это было принято в Тибете, а коллективные.

В чем же состоит суть уединения в буддизме, которое восхваляется во многих текстах буддийской канонической и постканонической литературы о различных видах уединения?

Под уединением, или затворничеством обычно понимается отделение кого-то (или чего-то) определенным образом от чего-то (или кого-то), в результате чего осуществляется «пребывание в затворничестве». Буддисты в феномене уединения выделяют 3 основных структурных элемента: 1) уединяющегося, 2) способ уединения, 3) то, от чего уединяются. Поскольку в качестве такого рода элементов могут выступать различные факторы, это и определяет весь спектр видов уединения.

В качестве уединяющегося чаще всего выступает индивид, а в качестве того, от чего уединяется, – мирская жизнь<sup>1</sup>. Жизнь, которой живут обычные люди-миряне, описывается в буддийской литературе как неприглядная и тщетная. По мнению буддистов, ей присущи 8 основных специфических особенностей: обретение и потеря, слава и позор, восхваление и порицание, блаженство и

<sup>1</sup> В махаянских сутрах и работах последователей философской школы Мадхьямика говорится об уединении всех дхарм от собственного бытия, признака, сущности, рождения, прекращения и т.д., а в текстах Ануатара-йога-тантры – о необходимости реализации уединения тела, речи и ума.

страдание. Миряне стремятся к обретению прибыли, денег, вещей, славы, почестей, наслаждений. Однако в силу непостоянства, изменчивости и преходящести всего сущего любое обретение оборачивается потерей. Слава сменяется безвестностью, восхваление — порицанием, блаженство — страданием, властвование — подчиненностью.

Мирянин неизбежно должен следовать общепринятым стандартам, вовлекаясь в круговорот обретений, потерь и т.д., иначе окажется чужаком в этом обществе и будет отторгнут им. Кроме того, мирская жизнь неразрывно связана с совершением грехов (негативных поступков), усилением уже имеющихся клеш<sup>1</sup> и появлением новых, а это, согласно буддийскому учению, имеет своим кармическим следствием получение рождения в плохой форме жизни<sup>2</sup> и испытание различных видов посмертных страданий. Таким образом, ведение мирской жизни представляется крайне негативным как для данного конкретного рождения, так и для последующих.

Жизнь мирянина противопоставляется жизни отрешившегося от мира, который пребывает в уединении — отделенности от всего мирского. Такого человека называют *павраджитой* (полностью вышедший). Он не следует стандартам мирян, не стремится к обретению богатства, почестей, наслаждений. Он не совершает грехов, имеющиеся у него клеш и утихомириваются, а новые не возникают. Пребывание в уединении создает идеальные условия для занятий практикой медитации, благодаря которой можно обрести непосредственное постижение истины, реализовать всевозможные превосходные качества и сверхъестественные способности (*абхиджня*<sup>3</sup>, *сиддхи*<sup>4</sup>), получить рождение в высших сферах сансары и даже полностью освободиться от необходимости рождаться и достичь нирваны. Поэтому, по мнению буддистов, жизнь пребывающего в уединении представляется исключительно позитивной как для данного воплощения, так и для последующих, а также для кардинального решения фундаментальной проблемы всех существ — освобождения от сансарного бытия, неразрывно связанного со страданием.

С точки зрения способа осуществления затворничества уединение может быть физическим, статусным и психологическим. Первое означает пребывание в полной отдаленности от любых физических контактов с другими людьми. Уединяющийся обитает в безлюдном месте (пещере, лесной чаще, горной долине и т.п.) или в какой-либо обители, где живут другие затворники. Во втором случае уединяющийся выступает в качестве послушника или монаха, приняв и соблюдая соответствующие обеты, регламентирующие поведение, и нося полагающиеся ему по сану одеяние, благодаря чему и происходит отделение от мирского. В третьем случае индивид отделяется от мирского благодаря тому, что его мысли далеки от всего мирского, он не вовлечен умом в мирское, не думает о богатстве, славе, почестях и т.п.

Отрешившийся от мира может сочетать все эти 3 вида уединения или же пре-

<sup>1</sup> *Клеша* — загрязнение, осквернение, моральное падение, «три яда» (страсть, гнев, невежество), которые должны быть преодолены на пути к освобождению.

<sup>2</sup> По буддийским источникам, существует 6 видов живых существ, которые обитают в одной из областей сансары, известной под названием *камадхату*. Три низшие формы жизни сансары — мир животных, голодных духов и существ ада. Три высшие формы — небожители, полунебожители и люди.

<sup>3</sup> *Абхиджня* — высшее интуитивное знание, обретаемое при духовной практике или в результате спонтанного интуитивного прозрения. В буддизме к высшим знаниям относят достижение тождества, единства мира, субъекта и объекта и др. *Абхиджня* трактуется как проникновенное интуитивное познание, постижение истины и обладание сверхъестественными способностями — ясновидением, яснослышанием, возможностью чтения чужих мыслей, памятью о прошлых рождениях и др.

<sup>4</sup> *Сиддхи* — сверхъестественные способности, силы (бала), которые могут проявляться спонтанно или в результате духовной практики.

бывать в некоторых из них. Самым важным в сотериологическом плане буддисты считают психологический вид уединения, а два других вида рассматриваются ими как условия, содействующие его реализации. В источниках указывается, что если монах, ревностно соблюдающий свои обеты, живет в совершенно безлюдном месте, но при этом постоянно думает о мирском, то он пребывает не в уединении, а в «смешении» — соединенности с мирским. Подобное уединение не является подлинным.

Помимо этих 3 видов уединения, в тибетском буддизме существуют еще два: махаянское и тантрическое уединение.

В махаяне выделяется особый вид уединения, устанавливаемый с точки зрения того, от чего отделяется уединяющийся индивид, а именно от эгоцентрической установки, ориентированной на осуществление заботы о себе и своем — родных, близких, друзьях, товарищах, состоянии, положении в обществе и т.п. Отделение от этой установки осуществляется благодаря порождению и культивированию так называемой относительной *бодхичитты* — твердого намерения стать Буддой ради спасения всех живых существ. Интенсивно культивирующий относительную бодхичитту индивид, отмечается в литературе, будет пребывать в подлинном уединении даже в том случае, если он живет в шумном многолюдном городе и занимается самыми разнообразными мирскими делами [Сутра «Праджня-парамита... 2017: 253-254]. Идеальный образ такого махаяниста-мирянина превосходно описан в сутре «Поучения Вималакирти» [Сутра «Поучения... 2005], которая пользуется большой популярностью среди буддистов Махаяны.

Последователи Ваджраяны, тантристы, обычно реализуют уединение от обычной феноменальной явности, отделяясь от нее благодаря визуализации сущего мира как совершенно чистой сферы, жилищ различного рода — как дворцов святых, существ — как божеств, а деяний — как осуществления почитания будд и святых<sup>1</sup>. При этом восприятие обычной явленности не исчезает, но моменты медитативной визуализации вклиниваются в поток моментов этого восприятия, в результате чего сквозь обыденную явленность начинает как бы просачиваться чистая — «ясная» — явленность, и происходит отделение от мирского или сансарного.

Рассмотренные 5 видов уединения, условно названных физическим, статусным, психологическим, махаянским и тантрийским, обнаруживаются в тибетском буддизме. При этом разные традиции тибетской линии буддизма отличаются тем, на каких видах уединения делается акцент.

Особый интерес в данном отношении представляет традиция Гелуг. Ее основоположник Цонкапа в самом начале своей масштабной религиозной деятельности выступил с проповедью, в которой превозносил соблюдение нравственной дисциплины как основу буддизма. Поскольку по своему статусу монахи обладали наибольшим числом обетов и могли посвящать религии значительную часть своего времени, в традиции Гелуг стали особое внимание обращать на соблюдение монахами нравственной дисциплины, а также на овладение всеми премудростями буддийского учения. В результате стало возрастать уважение к монашеству со стороны мирян, становиться монахом стало престижным, мно-

<sup>1</sup> Сопа Ринпоче пишет: «Ваша медитация на смысл садханы начинается с того, что все вокруг трансформируется и становится чистым: вы трансформируетесь в божество, место вашего нахождения — в мандалу, другие живые существа становятся божеством, а все наслаждения — чистыми подношениями. Вы визуализируете наслаждения как чистые наслаждения, которые вы будете испытывать, когда станете Буддой, и используете их, чтобы совершить подношение себе как божеству» [Сопа Ринпоче, Пабонка Дечен Ньингпо 2014: 27].

жилося число монастырей, монахов и проходящих обучение в учебных монастырских центрах.

Однако популярность и распространенность статусного уединения не исключали реализацию других видов уединения. В скитах и других укромных местах последователи Гелуг периодически проводили разные по продолжительности индивидуальные или коллективные затворы, занимаясь практической реализацией различных методов. Признание махаянского и тантрийского уединений высшими в сотериологическом плане послужило теоретическим основанием введения и функционирования теократического правления, когда во главе государства стоял монах.

В других буддийских традициях, таких как Кагью, Ньингма, монашеская (статусная) форма уединения занимает значительно меньше места, больше внимания там уделяется другим видам уединения, и это привлекает современных буддистов. В современном мире монашество уже не пользуется большой популярностью. Люди XXI в., вкусившие благ цивилизации и получившие научное образование, не испытывают особого желания налагать на себя какие бы то ни было ограничения и вступать в ряды монахов. Крупные монастыри с многотысячными общинами стали редкостью. В настоящее время буддийские монастыри тибетской традиции выполняют следующие функции: служат местами обитания буддийских монахов; в них осуществляются различного рода богослужения и производится религиозное обслуживание мирян; они служат центрами сохранения и развития буддийского учения, в которых также все желающие могут пройти курс буддийского обучения; в них осуществляется книгопечатание, изготовление икон и различных буддийских ритуальных предметов; проводятся курсы по различным видам практики, а также врачевание.

Современные люди в большинстве своем не испытывают особого желания реализовывать статусное уединение — становиться монахами. Не имеют они склонности и к физическому уединению — длительному пребыванию в одиночестве. А без этих двух видов уединения довольно затруднительно реализовать упомянутое выше психологическое уединение — отрешенность мысли от всего мирского. Тантрийское уединение очень трудно практиковать современным людям, которые не добились предварительно стабильной созерцательной визуализации в уединении. Это объясняет то, почему современные наставники тибетской линии буддизма в своей проповеднической деятельности делают акцент на разъяснении относительной бодхичитты. Как показывает опыт, именно практика всего комплекса элементов, связанного с реализацией относительной бодхичитты, является в настоящее время одной из самых востребованных, поскольку не требует слепой веры и погружения в состояние транса и, не покушаясь на изменение научной картины мира, гармонизирует душевную жизнь человека, делает ее осмысленной, полной и устойчивой.

*Работа выполнена в рамках государственного задания России (проект XII.191.1.3. «Комплексное исследование религиозно-философских, историко-культурных, социально-политических аспектов буддизма в традиционных и современных контекстах России и стран Центральной и Восточной Азии», госрегистрация № АААА-А17-117021310263-7).*

### **Список литературы**

*Сутра «Поучения Вималакирти»* (пер. с тиб., предисл. и ком. А.М. Донца). 2005. Улан-Удэ: Изд-во БНЦ СО РАН. 144 с.

*Сутра «Праджня-парамита восьмитысячная»*. (пред., пер., комм. и глос.

А.М. Донца; отв. ред. С.П. Нестеркин). 2017. Улан-Удэ: Изд-во БНЦ СО РАН. 400 с.

Сонам Дордже. 2014. *Откровения тибетских отшельников. Руководство по ретриту*. М.: Ориенталия. 352 с.

Сопа Ринпоче, Пабонка Дечен Ньингпо. 2014. *Сердечные советы по ретриту*. СПб: Лелина Е.Н. 176 с.

*AYUSHEEVA Dulma Vladimirovna, Cand.Sci. (Philos.), Senior Researcher at the Institute for Mongolian, Buddhist and Tibetan Studies, Siberian Branch of the Russian Academy of Sciences (6 Sahyanovoj St, Ulan-Ude, Republic of Buryatia, Russia, 670047; dulmaayush@yandex.ru)*

## RETREAT IN TIBETAN BUDDHISM

**Abstract.** *The article is devoted to retreat in Tibetan Buddhism. The author reveals the essence of retreat in Buddhist tradition and defines its different kinds: physical, status, psychological, Mahayana and Tantric. The practice of the complex of elements associated with the realization of relative bodhichits (Mahayana seclusion) is currently one of the most popular, since it does not require blind faith and immersion in a trance state. Not attempting to change the scientific picture of the world, it harmonizes the spiritual life of a person.*

**Keywords:** *Tibetan Buddhism, privacy, solitary life, Tantra, Mahayana*

### УДК 32.323.1

**МУСАЕВ Гаджимус Нурудинович** — аспирант кафедры национальных и федеративных отношений Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ (119571, Россия, г. Москва, пр-кт Вернадского, 82; [vropov54@mail.ru](mailto:vropov54@mail.ru))

## СЕПАРАТИЗМ КАК ФАКТОР ЭТНОКОНФЛИКТНОЙ СИТУАЦИИ

**Аннотация.** *В статье анализируются факторы распространения национальных идей и подъема национальных движений, ведущих к обострению межнациональных отношений, а также крайняя форма этих отношений – сепаратизм. Автор рассматривает взаимосвязь национальных идей и подъема национального движения с возникновением этнических конфликтов, а также исследует механизм эскалации конфликтной ситуации. Он также отмечает, что источником экстремистских тенденций сепаратизма в большинстве случаев являются не национальные идеи и движения, а сопротивление, которое оказывает государство при реализации права на самоопределение.*

**Ключевые слова:** *сепаратизм, этнополитический конфликт, механизм эскалации конфликтной ситуации, национализм, национальное самосознание, шовинизм, процессы возникновения и развития национальных движений, схема эскалации этнополитических конфликтов*

Как свидетельствует историческая практика, появление национальных движений и выдвигание ими национальных требований очень часто ведут к возникновению межнациональных конфликтов и появлению национально-политического экстремизма. В чем причина этого явления?

Часть исследователей полагают, что национализму изначально присущи экстремистские тенденции. Указывая на конфликты и войны в ряде республик бывшего СССР, в некоторых регионах России, на территории бывшей Югославии и пр., эти исследователи характеризуют национализм как «эгои-