

Железнова Н.А.

## Представление о медитации в джайнской традиции

### Содержание:

1. К вопросу о терминах.
2. Двенадцать тем для медитации (*anuprekṣā*).
3. Размышление (*bhāvanā*).
4. Болезненное созерцание (*ārta-dhyāna*).
5. Насильственное созерцание (*raudra-dhyāna*).
6. Добродетельное созерцание (*dharma-dhyāna*).
7. Чистое созерцание (*śukla-dhyāna*).

### 1. К вопросу о терминах.

Джайнизм, подобно другим индийским традициям, придает медитации и медитативным техникам особое значение, ибо только правильное созерцание может способствовать продвижению адепта на Пути Освобождения (**mokṣamārga**) души от кармической зависимости и, тем самым, от сансарного круговорота. В джайнской аскетической практике для обозначения медитативных упражнений употребляются несколько терминов: **bhāvanā**, **anuprekṣā** и **dhyāna**. Различие между первыми двумя понятиями определить довольно сложно. В джайнском каноне (**Mahānīśītha**, прк. **Mahānīśīha**[1], текст клас-са **cheda—sutra** «дисциплинарные сутры») они используются как синонимы, но ряд современных исследователей, в частности, Р. Уильямс[2], отмечают, что первый термин чаще используется шветамбарскими авторами, тогда как второй — дигамбарскими[3].

### 2. Двенадцать тем для медитации (*anuprekṣā*).

Термин **anuprekṣā**[4] образован от глагольного корня **īkṣ** и двух приставок — **anu** и **pra** и этимологически означает «следовать/следить глазами/ взглядом». В джайнизме он фиксирует набор определенных тем для размышления, каковых традиция насчитывает двенадцать. В ранних джайнских текстах[5] это понятие связывалось, с одной стороны, с изучением писаний (**svādhyāya**), поскольку составляло один из пяти видов усвоения учения (**vācanā**-рецитация, **paripṛcchanā**-вопрошание, **parāvartanā**—повторение, **anuprekṣā**-размышление и **dharmakathā**—проповедь)[6], а с другой стороны — с размышлениями о спасении души.

Наиболее ранние списки двенадцати тем для размышления в дигамбарской традиции присутствуют в сочинениях Кундакунды (III-IV вв.), Ваттакеры (III в.), Карттикеи (IV в.), Сомадевы (X в.), Амигагати (X в.); в шветамбарской: Умасвати (П-Ш вв.)[7], и Немачандры (XII в.).

Для успеха на пути самосовершенствования джайнский аскет должен размышлять о том, что: 1) все внешние явления — относительно и преходящи, лишь душа обладает вечной природой и превосходит всё — непостоянство (**anitya**); 2) никакие внешние средства не могут спасти человека от смерти: ни оружие, ни лекарства, ни армия, ни сокровища; тело — лишь вместилище души и орудие для манифестации правильной веры, правильного знания, правильного поведения и аскезы — беззащитность (**aśaraṇa**); 3) только душа несёт ответственность за совершённые деяния и пожинает плоды своей деятельности — круговорот рождений и смертей (**samsāra**); 4) родственники, друзья и само тело — всё это внешнее по отношению к душе, которая является только знанием и видением — одиночество (**ekatva**); 5) душа странствует по бесконечной сансаре, исполненная ложных верований и привязанностей; но свободная от кармы, она выходит за границы сансарного мира —

не-тождественность души и тела (**anyatva**); 6) этот мир имеет троичную структуру: внизу пребывают обитатели ада, а вверху боги, что является следствием, соответственно, не-благой и благой направленности сознания; если же направленность сознания чиста, то душа может обрести освобождение — приток (**āsrava**); 7) всё в этом мире нечисто и только душа чиста — нечистота (**aśucya**); 8) ложные взгляды, страсти и несоблюдение обетов — причины притока кармической материи в душу, который, в свою очередь, выступает причиной сансары, поэтому они должны быть устранены — остановка (**saṁvara**); 9) следует размышлять над теми религиозными обрядами, которые способствуют уничтожению кармы — уничтожение (**nirjarā**); 10) следует рассмотреть двоякое уничтожение кармы — мир (**loka**); 11) необходимо изучить достоинства домохозяина и добродетели монаха, чтобы устранить причины привязанностей и созерцать чистый атман — проповедь учения (**dharma-svākhyātatva**); 12) просветление — трудно достижимо, поэтому необходимо сосредоточиться на путях его достижения — трудности просветления (**bodhi-durlabha**). Совокупность этих тем и называется в джайнской традиции (преимущественно, дигамбарской) термином **anupreṣā**. Шветамбары для обозначения этих двенадцати тем предпочитают использовать слово **bhāvanā**.

### 3. Размышление (**bhāvanā**).

Данный термин образован от **bhū** — «возникать, становиться, быть» и значит «вызывающее к существованию, производящее», в том числе — «производящее в сознании, мысль, состояние сознания, размышление, медитация». В дигамбарской аскетической теории и практике понятие **bhāvanā** относится к шестнадцати видам размышления, также связанных с медитативной техникой. Так, Чамундарая (XI в.) в своем трактате, по-священном различным аспектам монашеского поведения «Суть [правильного] поведения» (**Cāritra-sāra**), приводит список истинных диспозиций сознания:

1. чистота видения (**darśana-śuddhi**);
2. совершенство благочестия (**vinaya-sampannatā**);
3. безупречность в обетах и нравственности (**śilavratesvanaticara**);
4. непрестанная устремленность к знанию (**abhikṣṇa-jñānopayoga**);
5. трепет перед сансарой (**saṁvega**);
6. усиленная практика отказа от тела (**saktitas tyāga**);
7. усиленная аскеза (**śaktitas tapas**);
8. забота об общине и монахах (**sādhu-samādhi**);
9. служение добродетельным (**vaiyāvrttyakaraṇa**);
10. почитание архатов (**arhad-bhakti**);
11. почитание учителей (**guru-bhakti**);
12. почитание знатоков писания (**bahu-śruta-bhakti**);
13. почитание Учения (**pravacana-bhakti**);
14. выполнение ежедневных обязанностей (**āvaśyakā-parihāṇi**);
15. прославление Пути Освобождения (**mārga-prabhāvanā**);
16. любовь к братьям по вере (**pravacana-vātsalya**).

Первоначально эти шестнадцать благих качеств характеризовали особый вид кармической материи, которая формирует тело тиртханкара, что нашло отражение в «Таттвартха-сутре» Умасвати. Однако позднее автор первого дигамбарского комментария «Постижение всех

категорий» (**Sarvārtha-siddhi**) Пуджяпада (сер. V в.) маркирует их словом **bhāvanā**, подразумеваемая под ним виды благих состояний сознания в целом.

Несмотря на широкое использование двух вышеописанных терминов в джайнской литературе, посвященной аскетической и медитативной практике, тем не менее, именно третий термин **dhyāna** обозначает собственно медитацию как таковую. Понятие образовано от **dhyai** — «думать, размышлять, созерцать, медитировать». Под медитацией в джайнизме понимается «сосредоточение мысли на одном объекте в течение одной мухурты»[8], т.е. промежутка времени, равного приблизительно 48 минутам[9].

#### 4. Болезненное созерцание (**ārta-dhyāna**).

Одной из особенностей джайнского подхода к медитации является то, что джайнизм считает медитацией (**dhyāna**) не только особые психофизические упражнения, направленные на созерцание определенных объектов и образов, но и сосредоточенность сознания (зачастую невольную) на недолжных чувствах и эмоциях. Поэтому первый уровень медитативного процесса джайнские аскеты называют «болезненным созерцанием» (**ārta-dhyāna**), которое состоит в воспоминании и концентрации внимания на неприятном опыте прошлого. Он включает в себя 4 ступени:

1. **iṣṭa-viyoga** — сожаление о чем-то приятном, ныне утраченном;
2. **aniṣṭa-samyoga** — размышление о неприятных переживаниях, имевших место в прошлом;
3. **roga-cintā** — мысли о болезнях;
4. **nidānārtha** — предвкушение будущего опыта.

Данному виду медитации предаются те, кто находятся на первой и шестой гунастханах-ступенях лестницы духовного самосовершенствования[10] включительно.

#### 5. Насильственное созерцание (**raudra—dhyāna**).

Вторым уровнем сосредоточенности сознания является «насильственное созерцание», направленное на четыре мирских цели — убийство, ложь, кражу и сохранение имущества. Те, чей ум погружен в созерцание этого вида, охвачены жадой мести и омрачены страстием к вещам, их мысли вращаются вокруг личной выгоды. В силу этого они не могут подняться выше пятой гунастханы.

«Болезненный» и «насильственный» виды созерцания, хотя и включаются в перечень медитативных состояний сознания, тем не менее, считаются недолжными состояниями (**aprasāsta**), характеризующими обыденное сознание, продуцирующее ложные идеи и действующее под влиянием разного рода страстей. От подобных видов сосредоточенности следует отказаться.

#### 6. Добродетельное созерцание (**dharma-dhyāna**).

С «добродетельного созерцания» (**dharma**[11]—**dhyāna**) начинается медитация как таковая, т.е. то, что способствует духовному прогрессу и продвижению на Пути Освобождения. Оно включает в себя четыре стадии:

1. **ājñā-vicaya** — сосредоточение с твердой и устойчивой верой на положениях джайнской доктрины, изложенных в священном писании;
2. **apāya-vicaya** — размышление о том, что духовному самосовершенствованию препятствует то, что не является частью души;
3. **vipāka-vicaya** — размышление о плодах кармы;
4. **saṁsthāna-vicaya** — созерцание природы и структуры мирового универсума.

Согласно дигамбарским авторам и комментаторам «Таттвартха-сутры» Пуджьяпаде и Акаланке Бхатте (VIII в.), практика «добродетельного созерцания» становится возможной только начиная с четвертой по седьмую ступени лестницы самосовершенствования. Они обосновывают свою точку зрения тем, что на четвертой ступени душа обретает правильные взгляды и видение, и поэтому нет никаких препятствий для того, чтобы медитировать подобным образом. По их мнению, **dharmadhyāna** невозможна выше седьмой гунастханы. Шветамбарский автор Сиддхасена Ганин (VI в.), также комментировавший трактат Умасвати, полагал, что данный вид медитации возможен и на более высоких ступенях с целью уничтожения затемняющей кармы.

Позднее Шубхачандра (XI в.), а вслед за ним и Хемачандра (XII в.), более подробно описали «добродетельное созерцание», выделив в нем несколько этапов, связанных с определенными образами, на которых следует концентрировать свое сознание во время медитации:

1. на первой ступени **piṇḍastha** (букв, «пребывание на земле») следует вообразить огромный молочный океан размером с мир животных, из середины которого поднимается тысячелепестковый золотой лотос размером с Джамбудвипу[12]. Затем медитирующий должен увидеть себя сидящего на серебряном, сверкающем подобно луне в осеннюю ночь, троне в середине этого лотоса, готовым уничтожить все виды кармической материи. Этот этап называется **pārthivi dhāraṇā**, букв, «удерживание [сознания на] земле». Потом наступает черед **āgneyi dhāraṇā**, «удерживание [сознания на] огне», при котором адепт видит вызываемый мантрическими[13] слогами огонь в шестнадцатилепестковом лотосе, расположенном на пупке, на листьях которого написаны 14 санскритских гласных звуков (включая дифтонги)[14] и два слога — **aṁ** и **aḥ**, а в центре — главная мантра **arham**. Сначала появляется дым из лепестка с буквой **ṛ**, затем возникают искры и разгорается огонь. Пламя постепенно разгорается и распространяется на восьми-лепестковый лотос, исходящий из сердца и символизирующий восемь основных видов кармической материи[15]. Яркий сияющий огонь в форме треугольника с символом свастики[16] наверху сжигает внешнее тело медитирующего вместе с лотосом на пупке и после превращения всего в пепел затухает. На этапе **śvasanā / māruṭi dhāraṇā**, «удерживание [сознания на] воздухе», мощный вихрь весь пепел уносит прочь. Во время «удерживания [сознания на] воде», **vāriṇi dhāraṇā**, медитирующий созерцает ливень, смывающий оставшиеся частицы пепла. Далее наступает черед **tattvarūpavau dhāraṇā** «удерживания [сознания на] обладающем природой реальности», когда йогин видит самого себя лишенным всех элементов и испускающим сияние подобно полной луне и великим, как всеведущий.

2. стадия **padastha** (букв, «пребывание [на стадии] слогов») связана с концентрацией сознания на слогах различных мантр, при помощи которых можно обрести многообразные сверхъестественные силы.

3. на стадии **rūpāstha** (букв, «пребывание [на стадии] формы») медитирующий должен сосредотачивать сознание на образах архатов, их силах и способностях с целью получения духовного вдохновения для дальнейшего продвижения по Пути Освобождения.

4. на **rūpatīta** (букв, «пребывание [на стадии] без формы») йогин созерцает свой собственный атман, исполненный знания, блаженства, чистоты.

## 7. Чистое созерцание (śukla-dhyāna).

Для того чтобы достичь последней ступени медитации, «чистого созерцания», необходимо обладать определенными качествами: терпимостью, прямоотой, свободой от алчности. Кроме того, аскет должен владеть знанием джайнских писаний, иметь хорошую физическую форму (**saṁhanana**) и достичь как минимум седьмой гунастханы. На предыдущей стадии

адепт своим сознанием охватывал весь мир во всех его проявлениях и видах. Теперь же поле созерцания значительно суживается. Ум должен сосредотачиваться на атоме, оставаясь спокойным и неподвижным. Это состояние глубокого транса, который также состоит из четырех ступеней. На первых двух ступенях адепт должен удерживать свое сознание на мельчайшей частице реальности. Практика этих подвидов «чистого созерцания» возможна до двенадцатой гунастханы включительно.

Когда же йогин преуспевает в этом упражнении и утрачивает какие бы то ни было влечение и интерес к мирским делам и вещам, он достигает чистого и совершенного всеведения. Всякая умственная деятельность (**vitarka**), размышление, «думание» вообще прекращаются. На этой ступени нет концентрации мысли на чем бы то ни было, ибо мысль отсутствует. Последние две стадии медитативного процесса связаны с полным прекращением активности органов чувств, речи и тела. Они возможны только на тринадцатой и четырнадцатой ступенях самосовершенствования соответственно.

Четыре стадии «чистого созерцания» таковы:

1. **pr̥thaktva-vharka-savicāra** направлена на созерцание бинарных оппозиций, двойственности и противоположности, существующие в мире: возрастание и убывание, душа и материя, субстанции и модусы.
2. **ekatva-vitarka-savicāra** направлена на созерцание души, как единственной реальности, способной вынести все изменения.
3. **sikṣma-kriyā-pratipāti** связана с подавлением остаточной активности души.
4. **uparata-kriyānivṛtti** есть полное освобождение от всех видов кармической материи.

На последней стадии «чистого созерцания» деятельность адепта постепенно затухает в течение короткого промежутка времени, нужного для произнесения пяти кратких гласных звуков **a, i, u, ṛ, ḷ**. Медитирующий аскет остается неподвижным, подобно горному камню. По истечении этого времени его душа покидает этот мир, выходя за пределы сансары.

**Источник:** Железнова Н.А. Представление о медитации в джайнской традиции. // Религиоведческие исследования. 2012. № 1-2 (7-8). М., 2013. С. 84-91.

#### **ПРИМЕЧАНИЯ:**

1. ↑ Название приводится сначала на санскрите, затем на пракрите — ардхамагадхи. Данный текст рассказывает о ритуалах искупления, исповедания и различных нарушениях дисциплины.
2. ↑ Williams R. Jaina Yoga: A Survey of the Mediaeval **Śrāvakācāras**. L., 1963. С 244-245.
3. ↑ Различия между двумя направлениями заключаются в следующем: во-первых, монахи дигамбарской ветви практикуют наготу (**digambara** — «одетые в стороны света»), а шветамбарские носят белые одежды (**śvetāmbara** — одетые в белое); во-вторых, дигамбары полагают, что женщина в теле женщины не может достичь окончательного освобождения (для этого ей необходимо переродиться в теле мужчины) и поэтому 19-тый тиртханкар Маллинатха был мужчиной, шветамбары же считают, что женщина, будучи женщиной может обрести освобождение и тому подтверждение 19-тый тиртханкар-женщина — Малли; в-третьих, по мнению дигамбаров, аутентичные тексты, содержащие проповеди последнего, 24-го тиртханкара, Джинны Махавиры Вардхаманы, были утеряны, поэтому учение джайнизма излагается во «вторичном каноне», составленном из авторских текстов значительно более позднего времени, тогда как шветамбары составили корпус канонических текстов проповедей самого Махавиры; в-четвертых, в соответствии с дигам-

барскими представлениями, достигший всеведения не нуждается в еде и питии, шветамбары допускают возможность принятия еды и пития всеведущим. Помимо вышеперечисленных существуют различия в аскетической практике, в космологических представлениях и ритуалах почитания образов тиртханкаров и божеств.

4.↑ В данной работе мы используем лишь санскритский термин, оставляя за скобками его различные пракритские версии — **aṇuppehā, aṇuvehā, aṇuppekkhā, aṇupekkhā, aṇuvekkhā**.

5.↑ Уттарадхьяна-сутра, XXIX, 19-23.

6.↑ Joshi L.M. Facets of Jaina Religiousness in Comparative Light. L.D. Series 85. Ahmedabad: L.D. Institute of Indology, 1981. С 5.

7.↑ Вопрос о «конфессиональной» принадлежности Умасвати/Умасвами не имеет однозначного решения, поскольку обе традиции признают его «своим» учителем. Его главный текст «Сутра о постижении категорий реальности» (**Tattvārthādhigama-sūtra**) признается обеими ветвями джайнизма, разница заключается лишь в разном количестве строк-сутр, входящих в различные редакции текста и признании (швет.) или непризнании (дигамб.) аутентичным автокомментария-бхашья на данное сочинение.

8.↑ Таттвартха-сутра, IX, 27.

9.↑ По мысли джайнских аскетов, обычный (т.е. не достигший всеведения) человек не в состоянии концентрировать свое сознание на одном объекте более мухурты (приб. 48 минут). Однако он может заново сконцентрироваться на том же самом предмете во второй раз по истечении мухурты. Всеведущий же не нуждается в размышлении и медитации. См.: *N. Tatia. Studies in Jaina Philosophy. Varanasi: P.V. Research Institute, 1951. С 282.*

10.↑ Джайнская традиция насчитывает 14 гунастхан (доел, «ступень добродетели»): 1) **mithyādr̥ṣṭi** — букв.: «ложный взгляд», самая нижняя ступень, на которой душа (*джива*) обретает ложную веру, но принимает ее за истинную. Душа смотрит на мир как бы сквозь цветные очки и поэтому не в состоянии увидеть настоящие краски окружающей ее действительности. Однако даже на этой ступени душа не полностью лишена возможности истинного знания: смутное и неопределенное видение появляется благодаря проблескам истины; 2) **sāsvādana-samyagdr̥ṣṭi**, или **mīśra** — букв.: «правильные взгляды с сомнением», или «смешение», кратковременная остановка падения с более высокой ступени или же небольшая передышка на пути к третьей стадии, на которой душа не обладает ни истинной верой, ни полностью извращенными представлениями, находясь в состоянии сомнения, так как карма, вызывающая ложные взгляды еще не проявилась. Душа, не стойкая в вере, подвергаясь мощному давлению извне, начинает сомневаться в избранном пути, но не отказывается окончательно от своих убеждений; 3) **samyagmithyādr̥ṣṭi** — букв.: «правильные и ложные взгляды» характеризуется смешением истинных и ложных воззрений: нет настоящей жажды обрести истину, но нет и желания коснеть в невежестве; 4) **aviratasamyagdr̥ṣṭi** — букв.: «правильные взгляды без обетов», осознанное принятие учения в результате медитативного озарения, однако душа не может себя контролировать, обретенная вера в джайнскую доктрину не стойка и не чиста; 5) **deśaviratasamyagdr̥ṣṭi** — букв.: «правильные взгляды с дополнительными обетами», стадия частичного самоконтроля души, на которой душа пытается практиковать известные ей виды самодисциплины: адепт принимает обязательство соблюдать в ограниченном виде основные и дополнительные обеты; 6) **pramatta—samyata** — букв.:

«невнимательный самоконтроль», ступень, достигаемая только аскетами, которые выполняют принятые обеты, но еще подвержены действию страстей и не в состоянии полностью себя контролировать; 7) **aprumatta—saṃyata** — букв.: «внимательный самоконтроль», стадия внимательного самоконтроля, посредством которого аккумулируется духовная энергия, позволяющая преодолеть привязанность к миру и проявить телепатические способности души; 8) **apūrva-karaṇa** — букв.: «не бывшая причина», ступень ослабления связанности накопленной кармой и овладения «чистым» видом медитации как средством разрушения кармической материи; 9) **anivṛtti-bādara-samparāya** — букв.: «преодоление грубых воздействий», ступень преодоления грубых страстей и желаний (гнева, гордыни, лживости, чувственного желания), хотя у души иногда происходят всплески эмоций; 10) **sūkṣma-samparāya** — букв.: «преодоление тонких [страстей]», стадия искоренения более тонких психических состояний в виде алчности и заботы о собственном теле; 11) **upaśānta-kaṣāya** — букв.: «подавление страстей», достижение полной невозмутимости и спокойствия души, однако кармическая зависимость от страстей еще не уничтожена, а только полностью подавлена; 12) **kṣiṇa-kaṣāya** — букв.: «разрушение страстей», уничтожение 4 «разрушающих» видов кармической материи; 13) **sayogi-kevalī** — букв.: «всеведение с активностью», обретение всеведения, однако у души остается троякая активность души, тела и ума; 14) **ayogi-kevalī** — букв.: «всеведение без активности», полное и абсолютное освобождение, недетерминированное никакой активностью в мире, здесь душа пребывает краткое время, после чего устремляется к вершине мирового универсума.

11.↑ Пракритский термин — **dhamma**. Некоторыми джайнскими авторами на санскрите в этом словосочетании передается как **dharmya**.

12.↑ Джамбудвипа (букв. «остров [яблоневого дерева] джамбу») — самоназвание Индийского субконтинента.

13.↑ В джайнизме, подобно другим индийским традициям, под мантрами понимаются краткие фразы или слоги (типа **auṃ, hriṃ, śriṃ, kriṃ** и т.д.), рецитация и многократное повторение вслух или про себя которых помогает адепту сосредотачиваться во время медитации. Основная джайнская мантра, выполняющая роль и основной молитвы, называется намаскара-мантра, намокарма-мантра, или парамештхи-мантра. Она на пра-

кри-  
те: **ṇamo arihaṃtāṇaṃ, ṇamo siddhāṇaṃ, ṇamo āyariyāṇaṃ, ṇamo uvajjhāyāṇaṃ, ṇamo loe savvasāhūṇaṃ** — «поклон архатам, поклон сиддхам, поклон ачарьям, поклон упадхьям, поклон всем садху в мире». Мантра выражает поклонение пяти видам благих/наивысших (**parameṣṭhi**) личностей в джайнизме: всеведущим (архатам), достигшим освобождения (сиддхам), учителям общины (ачарьям), наставникам (упадхьям) и монахам (садху).

14.↑ **a, ā, i, ī, u, ū, r, ṛ, l, e, ai, o, au.**

15.↑ Восемь основных видов кармы — затемняющая знание (**jñānāvaraṇīya**), затемняющая видение (**darśanāvaraṇīya**), затемняющая силу (**antaraya**), вводящая в заблуждение (**mohanīya**), порождающая чувства (**vedanīya**), формирующая тело (**nāmakarma**), формирующая семью (**gotrakarma**), определяющая продолжительность жизни (**āyuskarma**).

16.↑ Свастика — общеиндийский символ благопожелания и процветания. В джайнизме свастика символизирует четыре уровня существования (**gati**) развитых душ: уровень богов (**deva**), уровень животных (**tiryag**), уровень обитателей ада (**nāraka**) и уровень людей (**manuṣya**). В джайнизме свастика присутствует на различных религиозных предметах и книгах; во время храмовых ритуалов (**pūja**) выкладывается рисом и рисуется сандаловой пастой.