

ДЗЭНСКАЯ ЛЕСТВИЦА, ИЛИ ЭТАПЫ ВОСХОЖДЕНИЯ К ПРОСВЕТЛЕНИЮ

Дзэнское «просветление» разделяется внутри традиции на несколько этапов. «Великое озарение», согласно мнению авторитетных адептов дзэн, не приходит сразу. Ему предшествуют менее глубокие и менее продолжительные моменты измененного состояния сознания, во время которых медитант успевает заметить лишь «проблески пустоты», или «видения своей природы» – именно так (*кэнсё*) называют в дзэнской практике первое пробуждение, оставляя термин *сатори* («просветление») за следующим этапом. После большого сатори аппарат управления собственным сознанием, видимо, становится послушен индивиду, который обретает способность погружаться в медитацию достаточно быстро и в самых разнообразных жизненных ситуациях.

Плодотворно сопоставить эти рассуждения схемой изменений состояния сознания практикующего медитанта, предложенной Джеймсом Остином [Austin 1998: 301–303]. В общих своих узлах это описание имеет много общего с природой духовных практик не только дзэн, но и восточно-христианского монашества.

Нейрофизиологический извод дзэнской практики состоит из девяти этапов. Первые четыре определяются как «обычные» состояния сознания. Далее следуют необычные состояния (пятое и шестое). Пятый этап (или фаза, или состояние) определяется как высокоэмоциональное состояние без потери себя и связи с окружающим (напоминающее вопящий восторг спортивного болельщика или оперного клакера). Шестой делится на две фазы: а) растворение вовне, или концентрация на внешнем источнике; и б) растворение внутри с потерей ощущений извне. Длится шестой тип состояния несколько секунд или (редко) минут. Этот этап называют «поглощением» («абсорбцией»), когда сознание втягивается в нечто, вне его лежащее, но без пробуждающе-просветляющего эффекта при последующем возвращении в себя. При вхождении в этот этап в сознании медитанта могут случиться первые образы съезжания в инобытие: необычные телесные ощущения и ментальные картины – сияющий свет, чувство экстатической радости, подъема над землей,

пылающего в огне собственного лица...¹ По-японски такое состояние называется *макё* (букв. «место, где нечисто» – где водятся привидения и т. п.). Оно считается побочным эффектом начального переструктурирования сознания и – в понятиях другой интерпретирующей традиции – связано с необычной деятельностью нейротрансмиттеров. Далее поглощение может вызвать то состояние, которое в традиционных буддийских текстах называется *самадхи* (яп. *саммай*). По-русски его, пожалуй, можно назвать благорастворением.

Третью и последнюю группу представляют продвинутые необычные состояния. Седьмой этап описывается как мудрость (*праджня*), полученная в результате инсайта. Медитант ощущает единство внутреннего и внешнего, чувствует единение с миром (скажем, приобщение к сознанию Будды или универсальному телу Закона-Дхармы). Это состояние описывается в терминах пробуждения и просветления, узрения своего истинного лица. Первая фаза этого – скорее «просветление», нежели «пробуждение» – это *кэнсё*; следующая фаза – просветление-*сатори* – наступает через какое-то, иногда длительное, время, исчисляемое годами, после серии повторяющихся *кэнсё*. По выходе из седьмого этапа ИСС (*кэнсё* / *сатори*) остается более выраженное послечувствие, меняющее поведение человека.

Восьмой этап характеризуется невозможностью выразить ощущения и передать состояние души в момент пребывания сознания в этой фазе. Наиболее частый и общий деноминатор этого состояния – это первозданная пустота, неразличение дистинкций вплоть до полной потери из вида (сознания) всех феноменов, т. е. первозданное Ничто. Вероятно, именно это состояние описывалось, как «возвращение в утробу великой Матери». Если назвать такое состояние одним словом, то это *нирвана*. Буквальное значение его – «угасание». В предсмертные моменты такое состояние может сознательно и целенаправленно вызываться телесно умирающим и продвинутым в медитации, т. е. в манипулировании своим мозгом, человеком, – и такой человек кончает дышать, будучи перед этим ментально «угасшим» в нирване. Этот, восьмой, этап ИСС соответствует восьмому этапу десятиричной схемы «приручения буйвола» –

¹ Вспоминаю, как говорил мне в 1996 г. Сосё-сэнсэй в Синдзюане, монастырь Дайтокудзи (Киото), давая краткие инструкции перед медитацией: «Увидишь голубое сияние, встань, походи, пока не исчезнет».

картине, изображающий пустой круг¹. Состояние это также преходяще и длится, как правило, несколько минут.

Девятый, последний, этап представляет собой непрекращающееся просветленное состояние. При этом вещи снова видятся, выплывающая из пустого круга, но видятся не так, как раньше, а «так, как они есть» – отсюда проистекает выражение «таковость» (санскр. *tatkhata*, англ. «suchness», «that-ness»), обозначающее конечную реальность всех вещей, как они есть сами для себя, и конечное единство всех вещей. При этом сознание ощущает отсутствие границ и свободный контакт со всем, соучастие во всем. В отличие от всех предыдущих этапов ИСС, этот продолжается неограниченно долго. Дошедший до него переживает постоянное освобождение от желаний-томлений. Это состояние соответствует 9 и 10 стадиям «приручения буйвола» – «Принятие красоты мира» и «Возвращение на базарную площадь»². О том, насколько «легко» вернуться на базарную площадь, может намекнуть следующее выражение из «Леса дзэнских изречений» («Дзэнрин кусю»): «Просветлить сознание нирваной легко. Войти в мир различений трудно» [Zen Sand 2003: 21].

Для понимания природы специфических дзэнских типов сознания и духовной практики много полезного может предложить также синергичная антропология, разрабатываемая С. С. Хоружим. Синергичная антропология исходит из антистатического, энергичного в противовес эссенциальному, характера человеческой духовной природы. Синергичная интерпретация духовного опыта предполагает выявление определенных черт и закономерностей, присущих целостной парадигме духовных практик. Самое же интересное, что предлагает синергичная антропология, – это именно рассмотрение человеческой природы под углом соединения в сознании практика (или, лучше сказать, не в сознании, а в той форме его духовного состояния, которая наступает после выхода из обыденного сознания) его собственной духовной энергии с источником

¹ Подробнее о картинах «Приручения буйвола» см. в: [Steiner 2014: 122–127].

² В книге «Отражения дзэн и мозга» (что также можно несколько иронично передать как «Дзэнско-мозговые рефлексии») Остин дополнил эту вертикальную схему восхождения горизонтальным параметром, включив в картину фигуру мастера, как необходимого участника восхождения медитанта, а также добавив важность группы (монашеской братии, или сангхи) и интенсивных периодов медитаций (сэссин). (См.: [Austin 2006: 8].

энергии, вне его лежащим. (Хоружий называет этот источник «внеположным истоком»). Разрабатывая эту теорию, возможно продвинувшись на шаг (или даже скачок) дальше чисто психологического объяснения природы дзэнского саторического сознания. Остин обобщил и проинтерпретировал те процессы, которые происходят в мозгу медитанта (он для этого состояния придумал английский неологизм «experiant», «экспериант» – «проходящий через духовный опыт») и тем самым сильно продвинул вперед понимание природы внутренней духовной энергии человека. Но вопрос, почему при этом цель духовной практики называлась слиянием с Буддой, или единым, или пустотой, он фактически обошел. Стоит ли, тем не менее, исключать возможность онтологического (в отличие от сугубо психологического, жидущегося на образах и фантомах индивидуальной мозговой деятельности) существования того, что на языке традиции называлось Буддой, бодхисаттвами и т. п.? Хоружий так осторожно говорит об этом: «...существуют процессы, обладающие динамикой, которая в точности такова, как если бы она поддерживалась онтологически внешним, инобытийным источником энергии». Иными словами, важно выяснить, не находится ли в сфере религиозного сознания «двух разных энергетик, и отсюда – двух разных динамик, которые, говоря философски, полагаются, говоря же физикалистски – *генерируются двумя разными источниками энергии*»¹.

Рассмотрим кратко, в каких условиях может происходить большое сатори. Нередко это случалось с экспериантами благодаря резкому неожиданному звуку, который они слышали во время медитации. Например, Иккю Содзюн (1394–1481) испытал сатори, медитирую ночью в лодке на озере, когда во тьме раздался резкий крик ворона.

Разберем внешние условия, при которых Иккю пережил большое сатори. Во-первых, он находился в темноте. Визуальная система раздражителей или внешних впечатлений была таким образом подавлена. Во-вторых, он находился в лодке, покачивавшейся на воде. Такая позиция на символическом уровне воспроизводит включение в миропорядок – в быстротекущую бренность мира (*укиё*) в качестве «подвижного в подвижном». Но здесь я сделаю акцент не на символическом, а на самом конкретно-грубо физиологическом моменте – покачивании. Экспериментальные исследования недавних лет показали, что практически все участники группы испытуемых, которым экспериментаторы завязывали

¹ Из электронного письма автору от 4 февраля 2006 г. См. также «Трилогия границы», ч. 2 в кн.: [Хоружий 2000].

глаза и раскачивали их на качелях, претерпевали потерю ориентации в пространстве, потерю чувства времени и странные ощущения («путешествия в иные миры»). Иначе говоря, вестибулярная стимуляция служит возбудителем (триггером) изменения состояния сознания для того, кто лишен визуальных ощущений¹. Иными словами, представим молодого Иккю, интенсивно медитирующего и при этом окруженного тьмой и зыбучей стихией. Сознание его уже сильно раскачено (в прямом и переносном смысле), и достаточно резкого толчка, чтобы оно соскочило в искомое новое состояние. И этот толчок пришел в виде слухового удара.

Именно потому, что саторическое переживание (так, по крайней мере, считают находящиеся внутри религиозной традиции) подразумевает не выразимую никаким знаком полноту, толчком к озарению может быть внезапный незнаковый звук, не имеющий никакой коммуникативной нагрузки. Известно немало случаев в истории чань / дзэн, когда сатори наступало в результате неконвенционального, абсолютно пустого в информативном отношении, незнакового звука. Так, живший во времена династии Тан мастер Благоуханный Утес (Сяньян Чжисянь, яп. Кёгэн Тикан), подметая землю перед своей хижиной, расположенной в бамбуковой роще под скалой, обрел просветление, услышав стук упавшего со скалы и ударившегося о ствол бамбука камня (по другой версии, он сам нечаянно поддал этот камешек метлой). Монотонный шорох метлы по земле и листьям вкупе с размеренными движениями привел его в медитативное состояние, а резкий однократный стук послужил мощным finale – пробоем в инобытие. В гатхе просветления он написал: «Одним махом (махом метлы! – *Е. III.*) я забыл все, что прежде знал». Иккю написал о звуке и просветлении следующее стихотворение, где повторил слова Сяньяня. Оно называется «Услышать звук просветления Пути» (или «Услышать звук [и познать] сатори Пути»).

Стук бамбука однажды утром –
И все, что знал, забыто.
Слышал колокол пятой стражи –
И многих сомнений нет.
Былых времен люди на месте
Буддами становились.

[Кёунсю 1997: 64] (Пер. мой – *Е. III.*)

¹ См. подробнее: [Austin 2006: 304].

Помимо Сяньяня Иккю упоминает (не называя имени) мастера Сюэфэня Ицуня (яп. Сэцубо Гисон, 822–908), который, как явствует из 49-го коана в «Записях Лазоревой скалы» («Биянь-лу»), сподобился просветления, услышав звук предутреннего колокола.

Пятый патриарх чань Хунжэнь говорил о том, что удар грома может привести к просветлению. Догэн в трактате «Сёбогэндзо дзуймонки» («Разные беседы об истинном законе») рассказывает о некоем монахе, сподобившемся сатори ночью от звука трущегося о крышу хижины бамбука. Молчальник Какуа как-то, еще в Китае, гуляя вдоль Янцзы близ монастыря Сокровенного духа (Линъиньсы), услышал удары в барабан и сразу достиг большого сатори. В пятом из написанных в ознаменование этого четверостиший-гатх он восклицал:

Поднимешь кулак иль исторгнешь крик –
мелочно выставишься напоказ.
Скажешь ли «да», скажешь ли «нет» –
 вступишь в мутную воду.
Тысячи различений прекрати-отсеки,
от указаний-разъяснений отдохни.
Единого голоса флейты возврат
[познаешь тогда: просто] ла-ла-ла-ли.

[Тамамура 1958: 57] (Пер. мой – *Е. Ш.*)

Наконец, основатель Дайтокудзи – Дайто Кокуси – испытал сатори, когда услышал лязг упавшего металлического ключа. Той же цели – пробудить звуком (не словом!) служили резкие спонтанные выкрики чаньских мастеров, в первую очередь Линьцзи.

Почему просветление наступает именно от резкого и неожиданного звука? Согласно новейшим исследованиям нейрофизиологии мозга при медитации, в результате долгой медитативной активности медитант становится более открытым и восприимчивым к неожиданным сигналам извне. *Дзадзэн* делает большие паузы в активности мозга. И резкий звук в эти паузы врывается, провоцируя обвальное пробуждение, или кэнсё [Austin 1998: 286]. *Кэнсё* (буквально «видение своей природы») – это, как мы уже знаем, первая, преходящая, фаза просветления, чаще называемая малым сатори. Длится это состояние обычно секунды, но ощущения, связанные с ним, задерживаются в подсознательной памяти. В качестве поясняющего примера можно назвать состояние шестого патриарха Хуйнэна, когда он услышал чтение сутры и «пробудился». От этого кэнсё до следующего сатори и окончательного растворения

в природе Будды – большой путь. При состоянии кэнсё мозг открывает латентные инсайтовые качества внутри себя и приумножает их. Откуда эти качества исходят?

Возможно, некоторые самые тонкие особенности инсайта случаются благодаря тому, что происходит в подкорковых слоях мозга [Ibid.: 366]. Кэнсё, как пишет Остин, приостанавливает множество других функций мозга. Он рассматривает конкретный физиологический механизм этого процесса следующим образом. Резкий звук работает как спусковой крючок в ситуации, когда «1) происходит торможение со стороны зрительного ядра; 2) уменьшение торможения, обычно возникающего в нижней зоне сетчатки в мосте и продолговатом отделе [мозга]; 3) одновременное с этим возбуждение, идущее вниз от коры или подымающееся от некоторых подкорковых центров» [Ibid.: 454]. То есть можно сказать, что когда участки мозга, отвечающие за восприятие зрительных сигналов, подавлены (смотреть не на что), происходит раскрытие особо чувствительных звуковых каналов. Звуковой триггер представляет собой резкий наплыв стимуляции, который резко меняет баланс норэпинефрина – «выстреливание залпа импульсов, за которым наступает продолжительное молчание. Этот полярный сдвиг внутри систем норэпинефрина может быть ответственным за перемену поведенческих состояний» [Ibid.: 455].

Сделаем отступление, чтобы подчеркнуть незаменимо важную роль мастера в окончательной фиксации опыта просветления. Мы уже писали о детально разработанной системе психогоники, в которой мастер контролировал и подталкивал продвижение ученика в реализации коана/-ов [Steiner 2014: 82–84]. Но роль его отнюдь не сводится к роли преподавателя и экзаменатора. Как прошедший сатори (или, что подразумевалось, следующие за ним более глубокие и длящиеся уровни ИСС), мастер приобщен к сознанию (телу, миру или Закону) Будды.

Словом «закон» переводится понятие *дхарма*, несводимое в принципе к однозначному иноязычному концепту. Можно сказать, что мастер пребывал в теле Дхармы (*дхармакайя*) и является, говоря языком традиции, вместилищем, или сосудом Дхармы. И в качестве такового вместилища он может эту Дхарму излучать – что может быть уловлено только теми ближайшими учениками, кто настолько перестроил систему своего восприятия (умея входить в некоторые моменты в расширенное деперсонализированное сознание), чтобы эту нечувствительную профаническими органами чувств эмиссию уловить. Здесь мы подошли к ключевому для дзэн понятию «трансмиссия Дхармы» – от учителя

к ученику. Акцент в этой концепции делается не на индивидуальном продвижении эксперианта к его личному просветлению, а на верифицируемую системой контрольных актов аутентичную передачу буддийской Дхармы. Я специально не говорю здесь «буддийского Закона» (что формально-лингвистически было бы правильно), ибо важно понимать, что речь идет не о своде законов буддийских правил и постулатов, а о некоей субстанции, точнее, энергии, внеличной энергии, действующей через тех, кто к этому полю энергии подключился, и проводящих эту энергию в тех, кто в процессе духовной практики, ведомый своим мастером-трансмиссером, переструктурировал свое ментальное чувствилище так, что оказался настроен на волну приема. Вспомним, что ежедневные встречи мастера с учеником (*сандзэн*), имеющие целью проверить продвижение ученика, часто могут проходить без произнесения слов: мастеру достаточно взглянуть и почувствовать, что еще рано. В то же время, это встреча не просто для проверки уровня подготовки «домашнего задания». Сандзэн – это на определенном уровне кодифицированная вариация спонтанных стычек-диалогов изначального чань. Во время сандзэн может возникнуть поле взаимного напряжения между двумя сознаниями, и ученик раскроется направленной на него дхарме мастера¹.

Осталось сказать несколько кратких слов о природе дхармической энергии. В моей интерпретации Дхарму можно назвать энергетическим – динамически подвижным – полем нематериальной субстанции. Она не имеет никакого отношения к богу, как к трансцендентному метафизическому породителю этой субстанции. Язык описания того, о чем я говорю, совершенно не разработан. Поэтому лишь приблизительно я бы сказал, что в буддийском мире Дхарма появилась при просветлении

¹ Собственно, внутренняя традиция чань / дзэн возводит передачу Дхармы от сознания к сознанию («прямо указывать человеческому сердцу» – третий постулат чань, приписываемый Бодхидхарме) к самому Будде Шакьямуни, который таким образом передал – одновременно и бессловесно – всю полноту своего учения Махакашьяпе. Рассказ об этом событии – о том, как Будда вместо поучения взял в руки цветок, показал на него глазами, а Кашьяпа чуть заметно улыбнулся в знак того, что подключился к Дхарме Учителя – впервые появился в китайском чаньском тексте «Тяньшэн гуандэн лу» («Расширенные записи о [передаче] пламени годов Тяньшэн», 1029–1036) – см. подробнее [Miura 1966: 152] и [Welter 2008, Ch. 1]. С тех пор бессловесная трансмиссия называется «Цветок Будды и улыбка Кашьяпы» (кит. *няньхуа вэйсяо*, яп. *нэнгэ мисё*).

Будды, когда его сознание (мозг, если угодно, хоть и звучит это физикалистски) претерпело необратимые пост-саторические изменения. Рационализация (и в то же время мифологизация идеи внешнего источника энергии была ярко выражена в китайском тексте «Цзиндэ чжуандэн лу» («Записи о передаче пламени годов Цзиндэ», 1004). Начало передачи там относится к Семи буддам прошлого и иных миров, которые предшествовали Будде Шакьямуни. Первым в ряду был Будда Вайрочана (яп. Дайнити), чье имя означает «Великий свет». Вероятно, этот свет, переданный от предков (патриархов и мастеров) к потомкам, открывался во время просветления.

От сознания Будды исходили некие тонкие, чувственно неперцептируемые волны, которые немногие подготовленные ученики могли в акте моментально-внезапного пробоя в сознание Будды воспринять и приобщиться к нему – приобщиться в смысле вполне конкретного слияния энергий (вспомним улыбку Кашьяпы и начало трансмиссии Дхармы). Здесь полезно вновь упомянуть теорию синергичной антропологии – восхождение человека по ступеням духовной практики, благодаря своим энергическим усилиям и встречному потоку энергии от «внеположного истока». Идя от сознания к сознанию, Дхарма не замыкалась в каждой конкретной голове (или сердце) и не «перескакивала» полностью к наследнику Дхармы по смерти наставника. Она существовала, повторюсь, в виде поля, пронизавшего мозги и сердца находившихся в нем, но находившегося между этими отдельными мозгами и сердцами. Не знаю, насколько следующий пример корректен с точки зрения физики, но наглядности ради предлагаю представить индивидуальные сознания в виде светильников с инертным газом. Этот неон или криптон невидим и неслышим, он не вступает в химические реакции, но когда через него проходит электрический ток, он отзывается и вспыхивает. Соседний запаянный сосуд с инертным газом может реализовать свои потенциальные свойства светильника, если его коснется первый и проведет к нему свой электрический разряд и т. д. При этом в нашей картине отсутствуют главный электроинженер и монтеры-проводчики. Проект озарения не имеет общего центра и плана. Предположим вместо этого «волю к свету»¹ в наших еще-не-светильниках и некое магнетическое притяжение их к уже-светильнику. Это притяжение может сказаться в накоплении проводимости – и в некий момент от незримого касания вспыхивает искра. Сообразно нашему видению получается, что Будды

¹ «Lichtwollen» – Это мой парафраз «Kunstwollen» Алоиза Ригля.

как бога нет, но нет и обособленного манипулятора своим мозгом (к такой редукции часто ведут нейрофизиологи, чего не лишен даже Остин), а есть интерличностное сознание – тело Дхармы. Оно не существует в мозгах, но улавливается, поглощается, усиливается и транслируется ими. Соответственно, поле или энергия Дхармы может быть более или менее разреженной – когда способных восприимчивых, умножителей и передатчиков становится меньше. Не отсюда ли частые lamentации средневековых буддийских деятелей об умалении Дхармы и наступлении эры конца Закона – что есть всего лишь перевод слова «дхарма»!¹

ЛИТЕРАТУРА

Кёунсю 1997 – Кёунсю (狂雲集, Собрание стихов Безумного Облака) // Иккю осё дзэнсю (一休和尚全集, Полное собрание сочинений Иккю). Т. 1. Токио: Сюдзюся, 1997.

Тамамура 1958 – Тамамура Т. Годзан бунгаку си (五山文学史, История литературы Пяти монастырей). Токио, 1958.

Хоружий 2000 – Хоружий С. С. О старом и новом. СПб.: Алетейя, 2000.

Штейнер 2010 – Штейнер Е. С. Дхарма и дзэнская практика ее обретения и передачи // Фонарь Диогена: проект синергийной антропологии в современном гуманитарном контексте / Ред. С. С. Хоружий. М.: Прогресс-Традиция, 2010. С. 479–521.

Austin 1998 – Austin J. H. Zen and the Brain: Toward an Understanding of Meditation and Consciousness. Boston: MIT Press, 1998.

Austin 2006 – Austin J. H. Zen-Brain Reflections: Reviewing Recent Developments in Meditation and States of Consciousness. Cambridge, Mass., London: The MIT Press, 2006.

Steiner 2014 – Steiner E. Zen-Life: Ikkyu and Beyond. Cambridge: Cambridge Scholars Publishing, 2014.

Zen Sand 2003 – Zen Sand: the Book of Capping Phrases for Koan Practice / Comp., transl., and annot. by V. S. Hori. Honolulu: University of Hawai'i Press, 2003.

¹ Более подробно о Дхарме и ее трансмиссии см.: [Штейнер 2010].