

Чань-буддизм, *чань* (禪) – это школа китайского буддизма, сложившаяся в период V–VI веков в процессе соединения буддизма Махаяны с традиционными учениями Китая. Учение распространилось за пределы Китая, и на основе чань появилась вьетнамская школа *тхиен*, корейская школа *сон*, а также наиболее известная японская школа *дзэн*. Первым китайским, а не индийским патриархом чань стал Бодхидхарма (ок. 450–536), принесший учение из Индии около 520 г. н. э. В Индии же, согласно традиции, учение возникло следующим образом: на горе Гридхракута Будда Шакьямуни, обращаясь к своим ученикам, поднял золотой цветок лотоса и улыбнулся. Однако никто из них, кроме Махакашьяпы, не понял значения этого жеста. И только он смог ответить Будде, тоже подняв цветок и улыбнувшись. В то же мгновение он пробудился; это состояние было передано ему непосредственно, без слов Будды в письменной или в устной форме. Согласно чань, именно так было положено начало главному принципу учения – «от сердца к сердцу», означающего прямую и не опосредованную письменными знаками передачу пробужденного состояния от учителя к ученику. Ученик, получив это состояние от учителя, закреплял приобретенное пробуждение посредством медитации, пытаясь реализовать пережитое им просветление. Однако даже практикуя медитацию, осознать, понять, а тем более принять положения чань-буддизма зачастую было непросто [1], [6, с. 194–195].

В основе чань лежит одно из крупнейших учений Махаяны – *виджнянавада*, или *йогачара*. В соответствии с положениями виджнянавады, истинным является только *виджняна* (сознание), а все явления (*дхармы*) и внешний мир за пределами сознания является ложным, нереальным, то есть, реален только познающий субъект и его сознание. Согласно учению, люди в силу заблуждения приписывают свойства своего сознания явлениям внешнего мира. Кармическая энергия, создаваемая человеком, называется *васаной* и понимается как некая энергия привычек, следы. Она создаётся и поддерживается любыми деяниями и, накапливаясь, превращается в *биджу* (семя), которое потом прорастает и снова порождает васану, что приводит к привязанности к сансарическому существованию. Цель психопрактики виджнянавады заключается в обращении этого процесса вспять, в «высыпании» семян из сознания, после чего оно должно перестать проецироваться и обратиться само на себя. Для этого йогины использовали так называемую «пустотную медитацию», с помощью которой очищали свое сознание и могли достигнуть состояния не-сознания и не-мышления [6, с. 200].

В рамках школы чань достаточно активно использовали данный тип медитации, однако со времен шестого патриарха чань Хуэйнэна (638–713) утвердилось учение о мгновенном (внезапном) пробуждении (*дунь у*, 頓悟), которое, как считалось, можно было вызвать лишь активным психическим

воздействием, а не медитацией. Для того, чтобы подготовить учеников, кроме медитации в практике использовались различные методы: дыхательные упражнения, боевые искусства, чайные церемонии, а также парадоксальные диалоги, фразы и комментарии наставников, которые получили названия *вэньда*, *хуатоу* и *гунъань* соответственно [6, с. 210].

Согласно истории, *вэньда* (问 – ‘спрашивать’, 答 – ‘отвечать’, ‘вопрос-ответ’), то есть, диалог) считается наиболее ранней формой парадоксальных изречений. *Вэньда* учителя чань стали использовать еще в середине VIII в., то есть, в эпоху Тан. Формирование метода *вэньда* связывают с именем чаньского наставника Линьцзи Исюаня (临济义玄, 810–866), который практиковал удары палками и вскрики в ответ на вопросы учеников. *Вэньда* состоит, как правило, из вопросов и ответов, выраженных не только при помощи слов, но и при помощи жестов, мимики, движений или молчания. Изначально *вэньда* существовали только устно, создавались мгновенно, в процессе полемической игры между наставником и учеником: учитель и ученик обменивались друг с другом лишь краткими репликами, которые внешне зачастую были лишены смысла. Значение в *вэньда* имели и имеют общий контекст и внутренний подтекст диалога. Наставник и его ученик сначала «настраиваются» на диалог с помощью случайных взаимных сигналов, а после, задав таким образом друг другу код беседы, непосредственно начинают диалог. Цель *вэньда* заключается в вызывании у ученика, чье сознание должно быть настроено «на волну сознания» мастера, определенных ассоциаций, резонансов, что интуитивным толчком подталкивает ученика к просветлению. *Вэньда*, как правило, лишены общих комментариев и состоят только из реплик [2].

Со временем появился и такой вид, как *гунъань*, который впоследствии стал собирательным понятием для парадоксальных изречений. Рассматривая само слово *гунъань* – 公 – ‘общественный’, ‘общий’, ‘открытый’, ‘гласный’, 案 – ‘событие’, ‘документ’, ‘протокол’, – мы можем сказать, что *гунъани* предназначались для публичного общения между учителями и учениками; то есть, это развернутое повествование. Считается, что самые первые *гунъани* как таковые существовали в форме комментариев наставниками историй и диалогов с участием различных старых учителей чань, которые они читали своим ученикам. Эти комментарии были как бы «подтверждением» акта просветления какого-то деятеля чань [3], [4].

В более позднем варианте (примерно с эпохи Сун, 960–1279) эти комментарии начали «стилизовать» в оформленные истории, записывая и номинируя многие устные речевые обороты. Стали появляться сборники *гунъаней*. Ярким примером служат «Записки у лазурной скалы» (碧岩錄) [4]. Что касается типичной формы *гунъаня*, то он, как правило, представлен в виде притчи, истории, повествующей о мастерах прошлого, использовавших *гунъань* в своей практике, обязательно с комментарием другого мастера. Он, в отличие от *вэньда*, применяется скорее пассивно, нежели активно, так как готовый *гунъань* – это по сути обработанный комментарием мастера и оформленный в виде истории *хуатоу* или *вэньда*. *Гунъаням* изначально были присущи особенности, которые показывают их более сложное, чем в *вэньда* и

хуатоу, строение, а также продуманность и глубокие онтологические отсылки, которые практически невозможны, если парадоксальное изречение создается в процессе мгновенной игры:

1. Аллюзии, создающие ощущение «разъединения» с основной темой гуньяня.

2. Косвенные отсылки к различным темам (например, когда гуньяню давали название, не относящееся к его содержанию, но имеющее отсылку к какому-то положению учения, на которое следовало обратить внимание).

3. «Игра» с гомофонией китайского языка: создание искусственной многозначности и противоречивости в устной речи.

4. «Связывания» строк гуньяней путем перекрестных ссылок на мифы и легенды [2].

Многие чаньские наставники, включая Дахуэя (大慧, 1089–1163), представителя известной школы Линьцзи, с недоверием относились к литературной записи гуньяней. Они пытались противостоять «литературной» тенденции во имя «живых фраз» (活句) патриархов и внезапных парадоксальных ответов. Дахуэй сжег все доступные ему экземпляры и печатные доски «Записок у Лазурной скалы», хотя это не смогло остановить их распространение и публикацию [5, с. 557].

С «живыми фразами» непосредственно связан такой метод чаньской психопрактики, как *хуатоу*. Название *хуатоу* состоит из двух иероглифов: 话 – ‘слова’, ‘говорить’, ‘речь’, 头 – ‘первый’, ‘прошлый’, ‘голова’, ‘кончик’, ‘верхушка’, ‘начало или конец (события)’, ‘остаток’, ‘источник’ и может быть переведено как ‘критическая фраза’, ‘источник речи’ или ‘точка, после / над которой речь существует как таковая’ [2]. Таким образом, *хуатоу* – это квинтэссенция высказывания. Согласно традиции, создателем метода *хуатоу* является Дахуэй. Наставник был заинтересован в распространении чань среди мирян, и особенно среди образованных слоев населения (например, среди ученых мужей-*ши* (士大夫), так как правящий класс оказывал огромное влияние на благосостояние буддийских монастырей. Создание способа передачи знания мирянину было необходимым в этом деле [3]. Ученик, получивший *хуатоу* от мастера, пытается решить его всеми возможными способами и «подключает» все больше и больше сил для решения логически неразрешимой проблемы. В результате, когда «отключаются» левое полушарие и все пять чувств, ученик находится на стадии, которую в йоге именуют *дхарана* (удержание мыслей на одном предмете, шестое чувство, стойкое пребывание в собственной сущности). В этом состоянии *хуатоу* и ученик остаются один на один. Когда уходит блуждание ума, *хуатоу* и ученик – единое целое. В этот момент ученик переживает состояние просветления. Сюй Юнь (虚云, 1840–1959) описал практику *хуатоу* следующим образом: «Важно всегда придерживаться *хуатоу*: во время ходьбы, лежа или стоя. С утра до ночи, держа его в голове и рассматривая его, пока он не отпечатается в вашем сознании, подобно осенней луне, отражающейся в спокойных водах. Практикуя *хуатоу* именно таким образом, можно быть уверенным в том, что вы сможете достичь просветления» [3]. Именно *хуатоу* позволяет нам увидеть эту четкую

связь чань с йогачарой. Использование метода хуатоу подобно шаматхе – медитации, направленной на достижение ментального покоя и объективного взгляда на вещи, лишённого каких бы то ни было личных оценок. В практике хуатоу не используются многочисленные бессмысленные вопросы, на которые нужно дать незамедлительный ответ, и не используются альтернативные методы (удар палкой, вскрик и т. д.). Согласно Дахуэю, хуатоу – это форма медитации, которая может быть осуществлена без прерывания повседневной деятельности [2], [3], [4]. Для успешной практики необходима лишь достаточная степень концентрации на задаваемом вопросе.

Хуатоу – это изначально также своего рода протест против интеллектуализма и литературного комментирования, которое присуще классическому гуньяню. Эти «черты» стали проявляться с началом записи гуньяней (а гуньянь, как уже упоминалось ранее, не считается полноценным без комментария к нему), и особенно с появлением «Записок у Лазурной скалы» [4].

Таким образом, одна и та же идея чань может быть выражена по-разному. Например, широко известное парадоксальное высказывание о хлопке одной ладонью по своей сути является хуатоу: *«Всем известно, что такое хлопок двумя ладонями. А как звучит хлопок одной ладони?»* [4]

В форме *вэньда* оно выглядит следующим образом:

– *Ты можешь услышать хлопок двух ладоней, когда они ударяются друг о друга. Как звучит хлопок одной ладонью?*

– *Я не могу собирать звуки. Беззвучный звук есть хлопок одной ладонью* [4].

На их основе появляется целая притча-гуньянь:

*«Ты можешь услышать хлопок двух ладоней, когда они ударяются друг о друга», – сказал учитель. – Теперь покажи мне хлопок одной ладони». Ученик поклонился и пошёл в свою комнату, чтобы рассмотреть эту проблему. Из окна он слышал музыку шуюй. «Ах, я понял!» – воскликнул он. На следующий вечер, когда учитель попросил его показать хлопок одной ладони, Ученик начал играть музыку шуюй. «Нет, нет, – сказал учитель, – это никак не подойдёт. Это не хлопок одной ладони. Ты совсем не понял его». Думая, что музыка будет мешать, ученик ушёл в более спокойное место. Он снова погрузился в медитацию. «Чем же может быть хлопок одной ладони?». Он слышал, как капает вода. «Я понял», – подумал ученик. Оказавшись перед учителем в следующий раз, он начал капать водой. «Что это? – спросил учитель. – Это звук капающей воды, но не хлопок ладони. Попробуй ещё раз». Напрасно ученик медитировал, чтобы услышать хлопок одной ладони. Он слышал шум ветра, но и этот звук был отвергнут. Он слышал крик совы, но и этот звук был отвергнут. Более чем десять раз приходил ученик к учителю с различными звуками, всё было неправильно. Почти год обдумывал он, что же может быть хлопком одной ладони. Наконец, маленький ученик достиг подлинной медитации и перешёл пределы звуков. «Я больше не мог собирать их, – объяснил он позже, – поэтому я достиг беззвучного звука». Ученик уразумел хлопок одной ладони».*

Подводя итог вышесказанному, мы можем разграничить рассматриваемые методы психопрактики чань с помощью критериев, выделенных в процессе исследования.

Критерий разграничения	Вэньда	Гуньянь	Хуатоу
Форма	Диалог: существует в устном виде как «живой» диалог между учеником и учителем, практикуется подготовленными участниками.	Притча: оформленное литературное произведение, притча, которое может основываться на хуатоу или вэньда, как правило, с комментарием наставника чань.	Фраза: чистый онтологический вопрос, служащий методом повседневной практики, который можно обдумывать, «не отвлекаясь» от повседневных дел.
Задача, решаемая учеником в процессе практики	В процессе диалога, ученик должен дать мгновенный ответ на поставленный учителем вопрос.	Ученик должен осмыслить значение гуньяня.	В процессе концентрации на хуатоу ученик достигает состояния просветления.
Степень «самостоятельности»	Существует и самостоятельно, и как часть гуньяня	Существует самостоятельно в виде притчи (в основу положена рефлексия над вэньда и хуатоу)	Существует и самостоятельно, и как часть гуньяня
Количество участников	Несколько (как правило, два: один ученик и один учитель)	Один	Один
Время решения	Мгновенная словесная игра между участниками, требующая незамедлительных вопросов и ответов	Длительные умственные усилия (стоит отметить, что, так как гуньянь является уже завершённой притчей, он по сути не предназначен для того, чтобы его решали)	Длительные умственные усилия
Необходимый уровень подготовленности	Самый высокий	Может ознакомиться как неподготовленный, так и включенный в учение человек	Требует минимальной включенности в учение

Парадоксально, но гуньянь, менее связанный с психопрактикой, в конечном счете понятийно и номинативно поглотил вэньда и хуатоу, которые и являются практическими методами чань. На это повлияли синонимия понятий, японизация и, в отличие от устных методов, письменная форма бытования гуньяней.

Тем не менее, любая из этих психопрактик кроет в себе не только огромную онтологическую ценность для чань-буддизма и буддизма в целом, но и целый пласт потенциала для современной психологии.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Торчинов, Е. А. Введение в буддологию. Курс лекций / Е. А. Торчинов // Web-кафедра философской антропологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://anthropology.ru/ru/edition/vvedenie-v-buddologiyu-kurs-lekciy>. – Дата доступа: 30.12.2018.

2. *Schlütter, M.* How Zen became Zen. The Dispute over Enlightenment and the Formation of Chan Buddhism in Song-Dynasty China / Morten Schlütter // Honolulu: University of Hawai'i Press [Electronic resource]. – Mode of access: <https://tereess.hu/zen/How-Zen-Became-Zen.pdf>. – Date of access: 01.12.2018.
3. *Chang, G. C. C.* The Practice of Zen / G. C. C. Chang // Harper & Row Publishers, New York [Electronic resource]. – Mode of access: <https://selfdefinition.org/zen/Garma-C.C.-Chang-The-Practice-of-Zen-scan.pdf>. – Date of access: 01.12.2018.
4. *Майданов, А. С.* Коаны чань-буддизма как парадоксы / А. С. Майданов // Энциклопедия культур Déjà vu [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://ec-dejavu.ru/c-2/Coan.html>. – Дата доступа: 01.12.2018.
5. Духовная культура Китая : энциклопедия. В 5 т. / гл. ред. М. Л. Титаренко ; Ин-т Дальнего Востока. – М. : Восточная литература, 2006. – Т. 1. Философия / ред. М. Л. Титаренко, А. И. Кобзев, А. Е. Лукьянов. – 2006. – 727 с.
6. *Торчинов, Е. А.* Религии мира : Опыт запредельного. Психотехника и трансперсональные состояния / Е. А. Торчинов. – Санкт-Петербург : Центр «Петербургское Востоковедение», 1997. – 382 с.