**Т е м а 4.**

 **БУДДИЗМ**

**П л а н**

1. Возникновение и распространение буддизма.

 Классический буддизм.

 2. Ламаизм. Тибетская медицина.

 3. Чань и дзэн-буддизм.

 1.**Буддизм** – самая древняя мировая религия, распространенная преимущественно в Центральной, Южной и Юго-Восточной Азии (Бирма, Вьетнам, Индия, Индонезия, Мьянма, Китай, Корея, Лаос, Малайзия, Монголия, Непал, Сингапур, Таиланд, Шри-Ланка, и др.). Общее количество приверженцев буддизма - свыше 260 млн.человек. Буддизм зародился в Индии в середине 1 тыс. до н.э. Его основателем был Сиддхарта Гаутама, сын царя одного из государств на северо-востоке Индии (территория современного Непала). Родился принц от непорочного зачатия. Мать его вскоре умерла, а отец царевича постарался уберечь его от жестокой реальности окружающего мира. Однако как-то раз случилось принцу встретить сначала старика, затем больного, на третий день - умершего и, наконец, монаха. У него наступает прозрение, что всякая жизнь есть страдание: болеют, мучаются и умирают все – от последнего нищего до раджи. Юноша добровольно отрекается от роскоши царского дворца, оставляет жену и сына и становится отшельником. Через 7 лет он «познает истину». После «просветления» Гаутама получил имя Будда Шакья-Муни.

 Первую проповедь Будда произнес в городе Бенарес. У него появились ученики и последователи. 40 лет ходил Будда по долине Ганга – из города в город, из деревни в деревню, проповедуя свое учение и творя чудеса. В 80-летнем возрасте он умирает, причем его смерть сопровождалась рядом чудес: тело умирающего засияло ослепительным блеском; деревья, под которыми он лежал, мгновенно зацвели и осыпали тело душистыми лепестками; загремел гром, произошло землетрясение. В 1956 г. буддисты отмечали 2500-летие этого события.

 После смерти Будды его сторонники, стали создавать монашеские общины (монастыри), существовавшие в основном за счет подаяний мирян. Со временем монастыри окрепли и сами стали заниматься благотворительной деятельностью.

 В 1 в. н.э. буддизм разделился на 2 направления (ветви): хинаяну («узкий путь спасения») и махаяну («широкий путь спасения»).

 Хинаяна Будду признает не богом, а человеком, наделенным всеми возможными добродетелями и открывшим людям путь спасения. Основной упор в хинаяне делается на личное спасение, которое достигается уходом от мира, т.е. принятием монашества. Хинаяна крайне аскетична, она требует отказа от всех земных радостей и удовольствий.

 Махаяна признает возможность спасения не только для монахов, но и для мирян, причем последователь махаяны должен заботиться более о спасении других, нежели о собственном благе и личном спасении. Будда в махаяне получил статус божества, в честь которого стали сооружать храмы и совершать пышные обряды.

 В III в. до н.э. буддизм был объявлен государственной религией Индии, однако в течение 1-го тысячелетия буддизм был потеснен в Индии индуизмом.

 Основные положения вероучения раннего буддизма и его важнейшие культовые предписания изложены в Трипитаке (от «тройная корзина») – своде религиозных предписаний, воспринимаемых верующими как откровения Будды в изложении его учеников.

 Центральное место в буддизме занимает учение о 4 «святых истинах», якобы открытых Гаутамой в процессе «просветления».

 1)«Жить – значит страдать». Согласно этой истине, все человеческое существование в реальном мире представляет собой непрерывную цепь страданий;

 2) «Причина страданий – желания». К числу желаний относятся не только поиски удовольствия, наслаждения, власти, богатства, но и сама жажда жизни, привязанность к жизни в любой ее форме.

 3) «Для освобождения от страданий надо избавиться от желаний». Это требование предусматривает отказ не только от порочных стремлений (удовлетворение тщеславия, властолюбия, жадности и т.п.), но и от непорочных (радость отцовства и материнства, родственные чувства), т.е. всякое сильное чувство должно отсутствовать, а всякое желание должно быть подавлено.

 4) «Путь избавления от желаний – следование учению Будды», т.е. необходимо пройти восьмеричный путь спасения, который прошел сам Будда. Путь крайнего аскетизма как способ спасения был отвергнут еще самим Буддой, который до «просветления» в течение 7 лет предавался добровольному подавлению чувственных желаний, но истину так и не нашел.

 Каковы же эти 8 звеньев пути спасения?

1. праведное воззрение – знание 4 благородных истин;

2) праведное стремление – решимость усвоившего 4 истины воплотить их в собственную жизнь;

3) праведная речь – это речь, в которой отсутствуют грубость, ложь, клевета;

4) праведное поведение – следование **5 моральным заповедям**: отказ от убийства любого из живых существ, отказ от воровства, от лжи, от супружеской измены, от употребления алкоголя;

Буддийское духовенство обязано соблюдать дополнительные нравственные заповеди, являющиеся более строгими предписаниями: не владеть золотом и серебром; не употреблять украшения, мази; не принимать участия в плясках, пении, играх; не употреблять пищу после полудня; не спать на высокой и широкой кровати.

5) праведная жизнь – предполагает существование только на средства, добытые честным трудом;

6) праведное усилие – направленность воли на преодоление всего того, что привязывает сознание к жизни;

7) праведное созерцание – постоянная сосредоточенность на способах преодоления земных привязанностей, на том, что уже достигнуто и осмыслено на пути к спасению;

8)праведное размышление – путь постепенного совершенствования собственного духа, достижение большей независимости от мирской жизни. Только полностью преодолев земные привязанности, можно достигнуть нирваны - главной цели жизни буддистов (он санскритского – «угасание, успокоение»). Нирвана, хотя и является одним из центральных понятий буддизма, не имеет четкого определения. Это – этический идеал, характеризующийся полным слиянием чувств, воли и интеллекта, абсолютным покоем и независимостью.

 Как же достичь нирваны? Следуя по пути спасения, указанному Буддой, человек должен снова и снова перевоплощаться в другие существа. Любое существо состоит из комбинации идеальных частиц – дхарм, и смерть означает распад данной комбинации, освобождающей дхармы для новых сочетаний.

 Каким будет сочетание дхарм в новорожденном – это определяется кармой т.е. совокупностью грехов и добродетелей, достигнутой в предыдущих комбинациях в прошлых поколениях.

 Поскольку положение человека в обществе тоже определяется характером предыдущих превращений (высокое положение – награда за добродетельную жизнь в прошлых комбинациях, а бедность – возмездие за жизнь греховную), то он не должен выражать недовольство и претендовать на лучшее по сравнению с тем, что ему досталось. Единственное что следует делать буддисту – это вести праведную жизнь, пропагандировать идеи буддизма и тем обеспечивать лучшую комбинацию последующих превращений, конечная цель которых – прекратить процесс перевоплощений т.е. достичь нирваны.

 В махаяне как разновидности буддизма появилось учение о рае как преддверье нирваны. Оно сложилось под влиянием других религий и мало чем отличается от христианского: рай мыслился как местопребывание души, свободной от забот и тягот, испытывающей блаженство от непосредственного общения с божеством.

 Говоря о нравственном идеале буддизма, следует подчеркнуть, что это – человек достигший полной отрешенности от жизни. Его не должны волновать ни собственные проблемы, ни страдания других. В привязанности к жизни, стремлении что-то изменить нет смысла, так как весь окружающий мир – иллюзия. К тому же попытки что-то изменить ведут к новым перерождениям и к продолжению страданий.

 Даже труд рассматривается в буддизме как нежелательная деятельность, поскольку он привязывает к жизни. Правда, в монастыре труд поощряется. Буддистские монахи носят желтую или розовую тогу, и на них налагаются 253 запрета и предписания. Именно монах, не участвующий в общественной жизни и не имеющий семьи, близок к нравственному идеалу. Полное безбрачие во многих школах буддизма является непременным условием достижения блаженства. Вот что говорится в одном из буддистских произведений: «Пока у мужчины не искоренено желание к женщине – пусть даже самое малое, до тех пор его ум на привязи, подобно теленку, сосущему молоко у матери». По ранне - буддистским источникам, женщина олицетворяла худшее из зол и наделялась только самыми низкими качествами. Достичь нирваны женщина могла, лишь став в новом рождении мужчиной.

 Ранний буддизм отличался простой обрядностью. Ее главными элементами были культ Будды, проповедь, почитание «святых мест», связанных с рождением, просветлением, проповедью и смертью Гаутамы, и поклонение ступам – культовым сооружениям, где хранятся реликвии буддизма.

 Махаяна к культу Будд (этим именем стали называть не только Гаутаму, но и других вероучителей) добавила почитание бодисатв (от санскрит. – тех, чья сущность – знание) – божеств находящихся на пути превращения человека в Будду и не погрузившихся в нирвану только из желания указать путь к спасению другим людям.

 Махаяна несколько усложнила обрядность: были введены молитвы и магические заклинания, стали делаться жертвоприношения, внедряться поклонения идолам, возник пышный ритуал, развернулось строительство храмов.

 **2.**Одной из разновидностью буддизма является **ЛАМАИЗМ.** Он распространен не только в Тибете и Монголии, но и в России среди бурят, калмыков, тувинцев. Ламаизм (от тибетского «лама» - высший, небесный) утвердился в Тибете в 7-14 вв.н.э. Его основоположник и теоретик - Дзонхава (14-начало 15 века). Он принес ламаизм в Тибет из Китая. Его личность сравнима с Буддой. Он появился на свет с седой бородой, глаза светились мудростью, и он сразу стал произносить проповеди. Дзонхава стал первым Далай-ламой – живым богом. Любой предмет, к которому он прикасается, приобретает магическую силу. Далай-лама не умирает, его душа переселяется в младенцев, родившихся не ранее 47 дней и не позднее 2-х лет после его смерти. С помощью гадания определялось направление поиска младенца, в которого переселилась душа умершего Далай-ламы. Составлялся гороскоп, исследовались тела младенцев. Претенденты должны были опознать вещи и родных умершего Далай-ламы. Поиски продолжались, пока не находили подходящего ребенка. До 18 лет мальчик учился, а страной правил регент. Каждая семья в Тибете отдавала в монахи хотя бы одного сына. Только Далай-лама хоронился в специальной усыпальнице, остальных умерших ламаистов укладывали на ритуальное место в белых простынях, рядом разжигали костер; умершего поливали кровью яков и маслом. Слетались грифы, и от трупа ничего со временем не оставалось.

Сегодня правит ХIV Далай-лама. С 1959 года Тибет оккупировали китайцы, и Далай-лама бежал в Индию. В 1989 году он получил Нобелевскую премию мира. С ним встречаются неофициально, если хотят сохранить дружбу с Китаем.

 Столица ламаизма в Тибете – город Лхаса, где расположен дворец Далай-ламы. В нем 30 этажей, около 1000 дворцовых помещений. Его высота – 117 метров, строился он с 7 века.

 В Тибете – легендарная Шамбала, страна мудрецов, духовный центр Земли, где мир людей соприкасается с Космосом.

 Глава буддизма в России – Хамбо – лама. Центр – Иволгинский дацан (монастырь) рядом со столицей Бурятии г. Улан-Удэ. Основное отличие ламаизма от ортодоксального учения заключается в усложнении обрядов, скрупулезное исполнение которых позволяет общаться с Богом.

 Согласно ламаистским представлениям о Вселенной, Земля представляет собой плоский круг, на котором расположены 4 имеющие форму круга, трапеции, треугольника и квадрата материки, омываемые океаном. Посередине круга возвышается гора Сумеру, вокруг которой движутся Солнце и Луна, отчего происходит смена дня и ночи. Земля лежит на слоне, слон стоит на черепахе, черепаха плавает в море. Когда на Земле накапливается много грехов, черепаха начинает шевелиться, отчего происходят землетрясения, поэтому каждое землетрясение – сигнал о необходимости усиленной молитвы. Затмения Солнца и Луны происходят от того, что злой демон Раха пытается проглотить эти светила. Надо бить в котлы, кричать и стрелять в воздух, чтобы отогнать Раху и спасти светила.

 За малейшие отступления от веры человек попадает в ад. Его начальник Эрлик хан встречает грешников на престоле с зеркалом в руках. В зеркале отражаются дела каждой прибывшей в ад души. Кроме того, грешника сопровождают 2 его гения – учетчики его добрых и злых дел. Они высыпают перед Эрлик ханом из своих мешков белые и черные кружки – меру деяний грешника. Одним из главных помощников начальника ада является божество женского пола Лхамо, охотящаяся за противниками ламаизма. Лхамо изображают скачущей на муле с человеческим трупом в зубах и с человеческой кожей вместо попоны: за измену вере она убила своего сына и содрала с него кожу.

 Есть в ламаизме и свой рай – вполне реальная, манящая награда за земные муки. Его хозяин - будда Амитабу - уничтожает важнейшую причину перерождений страдания – сладострастие. В полном спокойствии высшей мудрости восседает он в раю, попав в который, любое живое существо может удостоиться слушания его проповедей и тем самым совершить последний шаг к окончательному спасению. Рай – действительно блаженное место. Почва его состоит из измельченных драгоценных камней и металлов и необычайно плодородна. Там нет ни скал, ни пропастей, ни пыли, ни вообще чего-нибудь неприятного или вредного. Там нет ни лжецов, ни клеветников, ни грубиянов, ни сплетников. Там нет даже страданий рождения, ибо все жители рая относятся только к мужскому полу и появляются на свет из цветка лотоса. Обитатели рая помнят все свои деяния на протяжении последних 180 млрд. личных перерождений, что должно помочь их окончательному спасению.

 В ламаизме существует «10 черных грехов». Они делятся на 3 категории: 1) грехи телесные – убийство, воровство, прелюбодеяние; 2) грехи речи: ложь, клевета, злословие, насмешки; 3) грехи сознания: зависть, злоба, ересь.

 Соответственно классифицируются и «10 белых добродетелей»:

1. добродетели тела: милосердие, раздача милостыни, нравственная чистота; 2) добродетели речи – правдивость, отсутствие вражды, вежливость и почитание священного писания; 3) добродетели сознания – умеренность, сострадательность, вера в истину религии.

На территорию России ламаизм проник в ХVIII в. Русское правительство отнеслось к этому вполне лояльно. Правда, нельзя сказать, что буддистам была предоставлена полная свобода. Главу буддистского духовенства Бурятии утверждал на этом посту сам царь, а настоятелей монастырей – генерал – губернатор. Ламы объявили Екатерину II и всех ее преемников земным воплощением одной из главных ламаистских богинь.

 Тяжелые времена для ламаистов начались в 20-30-е гг. ХХ в. Большинство монастырей Забайкалья и Калмыкии были «по требованию трудящихся» закрыты, а затем и уничтожены. Часть ламаистского духовенства «приобщалась к производительному труду» в лагерях ГУЛАГА, а оставшиеся на свободе занимались в основном врачеванием. Опыт тибетской медицины исчислялся веками, и ламы были подчас единственными людьми, способными оказать эффективную медицинскую помощь.

 Существует обычай поклонения «святым местам» и талисманам. К «святым местам» стекаются паломники и жаждущие исцеления, а талисманы (Бу) носят на себе почти все ламаисты. Бу состоит из куска бумаги или материи, на котором нанесены тексты молитв и заклинаний. Сложенный текст обшивают кожей, вешают на шнур и носят на шее. Более действенным талисманом считается Гу – маленькая статуэтка Будды или часть одежды «живого бога», носимая тоже на шее в деревянном или серебряном футлярчике.

 Большое значение в ламаизме придается молитвам. Молитвы обычно заучиваются механически, т.к. и тибетский язык россиянам непонятен. Наряду с этим ламаизм своеобразно «автоматизировал» молитвы – в полые, обычно металлические, цилиндры – закладываются молитвенные тексты. Цилиндры бывают самых разных размеров: диаметром и высотой от нескольких сантиметров до нескольких метров. Через цилиндры пропущена ось, вокруг которой все сооружение может вращаться. Считается, что один оборот цилиндра равнозначен прочтению всех заключенных в нем молитв и священных текстов.

 В современном ламаизме есть и свои праздники. Один из наиболее известных – цагалган (белый месяц). Он приурочивается к началу нового года по старинному монгольскому (лунному) календарю. В течение 16 дней этого праздника проводится целая серия обрядов, посвященных 12 чудесам Будды.

 Самым пышным из современных лам праздников является Майдари-хурал. Проведение этого праздника должно ускорить приход Будды на Землю. В течение всего праздничного дня процессия медленно движется по степи вокруг монастыря. В центре процессии находится колесница с изображением божества Майдари, священными книгами, курительными свечами, кадильницами. В колесницу впряжено чучело слона или лошади, которое ламы тянут за длинные ремни. Медицина была частью буддистского образования. В Лхасе была организована медицинская школа, куда приходили из монастырей самые способные монахи. Большую роль сыграли индийские и китайские традиции. Согласно легенде, Будда создал книгу «Чжуд-ши» - основу тибетской медицины. Огромная роль в ней отводится диагностике по пульсу и моче, медицинской астрологии. Текст «Чжуд-ши» написан в стихотворной форме и заучивался наизусть – до сих пор обучение строится на этом. Книга дополняется живописными свитками с лекарственными растениями, инструментами, анатомическими рисунками. При обучении проводились диспуты на врачебные темы. До нас дошел анатомический «Атлас тибетской медицины».

 Согласно Тибетской медицине, 50% болезней – из-за проникновения в человека злых демонов, поэтому очищающим лекарством часто служили яды, призванные «отравить» демонов.

 Больницы и аптеки располагались рядом с монастырями, в крупных монастырях основывались медицинские Университеты. Причины ряда болезней связаны с реинкарнацией (принесены из прошлых жизней). В лечении используются молитвы, специальная практика медитации, очень большое внимание уделяется духовности и нравственности. В тибетской медицине выделяют 84000 разных расстройств здоровья – болезней столько, сколько и больных – болезнь каждого индивидуальна и непохожа на болезнь другого. Все болезни распределены в 404 типа.

 На земле нет ничего такого, что нельзя было бы использовать в качестве лекарства. Используют несколько тысяч лекарственных растений, несколько сот минералов + сырье животного происхождения. В ряде лекарств число компонентов доходит до 160 (порошки, пилюли, масла, благовония).

 При лечении используются компрессы, ванны, иглотерапия, кровопускание и прижигание, втирание масляных препаратов и экстрактов, массаж, обертывание, физические упражнения, психотерапия.

 В 1990 г. в С.-Петербурге создан научно-исследовательский центр тибетской медицины.

 **3**.В последние годы в нашей стране получило распространение и такое направление, как **дзэн (чань)-буддизм**. Во всем мире он стал популярен в последние десятилетия, когда молодежь стран Западной Европы и США с повышенным интересом обратилась к восточным религиям и культам.

 Чань - буддизм появился в Китае в первой половине VI в. н.э. Его основателем считается патриарх Бодхидхарма, пришедший в Китай из Индии в 520 г. В ХII-ХIII вв. дзэн проник в Японию, где получил наименование дзэн-буддизм. Всего в мире сейчас более 10 млн. его последователей.

 Дзэн трактуется как школа внезапности. «Сатори» - неожиданное просветление, заключающееся во внезапном постижении мудрости Будды, возникает в преображенном сознании, чему способствует медитация. Само слово «дзэн» означает «сосредоточенное созерцание», т.е. медитация.

 В отличие от других форм буддизма дзэн придерживается 4 правил: 1) особая форма передачи учения (непосредственно, от сердца к сердцу, минуя Писание); 2) независимость от слов, книг и вообще каких бы то ни было письменных знаков; 3) прямой контакт с духовной сущностью человека; 4) постижение совершенства Будды посредством обращения к внутреннему миру человека.

 Истолковываются они следующим образом: объясненная истина перестает быть истиной, слова неотделимы от интеллекта. А дзэн находится «по ту сторону» интеллекта, где рассудок теряет свою власть, и единственным средством передачи знания остаются парадокс, символ и безмолвное общение просветленных умов.

 Наивысшие истины не могут содержаться в священных книгах. Они на протяжении веков передаются от учителя к ученику. Никакой рационалистический метод для передачи секрета просветления не годится, поскольку он вносит искажения. Поэтому общение должно происходить на интуитивном уровне.

 Методы наставления в дзэн-буддизме иррациональны, часто они кажутся абсурдными и бессмысленными. Однако считается, что только таким образом ученик может до конца освободить свой разум от пут. Просветление достигается, например, в результате размышлений над загадками типа: «Корова проходила через окно. Ее голова, тело, ноги прошли легко, только ее хвост не смог пройти через окно. Почему он не смог пройти?». Нередко размышления ученика прерываются громким криком учителя или резким ударом в наиболее уязвимые части тела, что призвано способствовать появлению сатори.

 Впрочем, единой методики, обязательной для всех, не существует. Есть лишь несколько правил самого общего характера. Одно из них гласит: «Медитация должна быть непрерывной». Можно медитировать, даже занимаясь работой. Для тех, кто еще не овладел подобным навыком, рекомендуется практика дза- дзэн – сидячая медитация. В монастырях она проходит коллективно. Монахи сидят вместе в особом зале на специальных подушках и сосредотачиваются на теме, данной каждому из них наставником. Тема для медитации называется коан. Если ученик усваивает смысл коана, то мастер дает следующее задание. В общении между собой мастер и ученик редко пользуются словами, чаще обходятся взглядами и жестами.

 Распорядок дня в монастыре предполагает, кроме медитации еще и занятия ручным трудом. Монахи твердо верят в то, что труд препятствует лени и праздности, делает ум и тело крепкими.

 Для медитации используется также мондо, представляющее собой быстрый обмен вопросами и ответами между гуру (учителем) и учеником. Например: Что такое мое Я? – Зачем тебе твое Я? Считается, что ответ на подобные вопросы может деть только некий мистический опыт, идущий изнутри.

 Достижению просветления способствуют и проповеди, которые произносят мастера дзэна перед учениками. Пример: «Если у вас есть посох, я дам его вам, если у вас его нет, я возьму его у вас».

 В целом современные сторонники дзэн-буддизма рассматривают его как разновидность психотерапии и психоанализа. Техника медитации как один из методов психической саморегуляции широко практикуется на Западе. Медитирующий располагается в правильной позе на стуле или полу (на подушке) с выпрямленной спиной, может быть поза лотоса или полулотоса. Руки на коленях. Перед стеной 2-3 м. Глаза полностью не закрываются, важно установить правильное дыхание (спокойное дыхание вызывает спокойное состояние ума) – за счет брюшных мышц и диафрагмы – тогда можно достичь состояния самадхи – тотального спокойствия, когда «отпадает ум и тело», когда нет движения ни одной мысли, ум опустошен, но человек находится в состоянии высшей бдительности. Многие видные западные психологи и психиатры интересовались дзэн, в т.ч. Фромм, Юнг.

 Многие современные артисты и актеры являются буддистами (Р.Гир, У.Турман, С.Сигал, Б.Гребенщиков и др.).