

КРИТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ДХЬЯН

(Хенепола Гунаратна)

A Critical Analysis of the Jhans in Theravada Buddhist Meditation

(Henepola Gunaratna)

Глава I

Этимология джханы

{18} Великий буддийский комментатор Бхадантачарья Буддхагхоса соотносит палийское слово дхьяна (jhāna) с двумя глагольными формами. Одна - jhāyati - означает думать или медитировать (размышлять, созерцать?). И Буддхагхоса объясняет что "посредством этого йогин медитирует, и поэтому называется джхана... Смысл этого в том, что йогин узнает данный объект". Комментатор добавляет более отвлеченное сравнение, призванное осветить скорее его функцию, чем само слово. И он соотносит этот термин с глаголом jhāreti, означающим "сжигать", поясняя, что "она сжигает противоположные состояния". Смысл этого состоит в том, что джхана "сжигает" или устраняет ментальные загрязнения, которые препятствуют развитию безмятежности и прозрения. В этой связи более поздний палийский комментатор, Ачарья Маханама, пишет, имея в виду высшую джхану, что "породившей ее в самом себе, сжигает страсти, и таким образом он разрушает и уничтожает их".

Буддхагхоса говорит, что джхана обладает характерным признаком созерцания (медитативного погружения) (upanijjhānalakkhaṇa). Он утверждает, что есть два вида созерцание: созерцание объекта (ārammaṇūpanijjhāna) и созерцание явления (lakkhaṇūpanijjhāna). Первый вид созерцания осуществляется посредством восьми достижений безмятежности вместе с их приближениями, поскольку они созерцают объект, принятый как основа для развития сосредоточения. Поэтому эти достижения, в частности первые четыре, называются джханами в общем палийском описании медитации. Однако Буддхагхоша также принимает, что этот термин может в общем распространяться и на прозрение, пути и результаты, на том основании, что осуществляется функция созерцания характеристик. Комментатор поясняет:

Здесь, прозрение созерцает характеристики непостоянства (страдания и отсутствия самости). Задача прозрения для созерцания достигает совершенства посредством пути, и таким образом этот путь называется созерцанием характеристик. Этот результат созерцает действительную характеристику прекращения, и таким образом это называется созерцанием характеристик.

Если коротко, то двойное значение джханы как "созерцания" и "сжигания" может быть согласовано в связи со следующим медитативным процессом. Фиксируя свой ум на объекте медитирующий ослабляет и устраняет низшие ментальные качества, такие как пять препятствий, а также содействует росту высших качеств, таких как факторы джхан. Когда они появляются, то фиксируются на объекте с возрастающей силой, приводя ум к полной погруженности в объект. Затем, созерцая характеристики явления посредством прозрения, медитирующий наконец достигает высше джханы четырех путей. С этой джханой он сжигает загрязнения и достигает освобождающего переживания результатов.

Джхана и самадхи

В словаре буддийской медитации слово джхана близко связано с другим словом самадхи, в общем переводящемся как "сосредоточение". Самадхи происходит от глагольного корня *saṃ-ā-dhā*, которое означает собирать или соединять, что предполагает сосредоточение или объединение ума. Слово самадхи почти взаимозаменяемо со словом *samatha* - "безмятежность (покой)", хотя последнее происходит от другого корня *saṃ*, означающего "успокаиваться".

В суттах самадхи определяется как однонаправленность ума - *cittas'ekagattā*, и это определение соответствует технически психологической жесткости в Абхидхарме. Абхидхарма использует однонаправленность как отдельный ментальный фактор (*cetasika*), присутствующий в каждом состоянии сознания. Это универсальный фактор ума сопутствующий функции соединения ума со своим объектом, гарантирующий, что каждое состояние сознания имеет только один объект. Именно такие обстоятельства однонаправленности, выходящие за пределы простой устойчивости ума на объекте, чтобы придать ему некоторую устойчивость и не отвлеченность, называются самадхи. Так, в Дхаммасангани эти более очевидные типы однонаправленности приравниваются к цепочке синонимов, к которым относятся безмятежность (*samatha*), способность сосредоточения (*samādhindriya*) и сила сосредоточения (*samādhibala*). Исходя из этого строго психологической позиции самадхи может находиться как в не благом состоянии сознания, а также в благом и нейтральном. В первом случае это называется "ошибочное сосредоточение (*micchāsamādhi*)", а во втором - "верное сосредоточение (*sammāsamādhi*)".

Однако, как технический термин в представлении практики медитации, самадхи ограничивается однонаправленностью на благое. Буддхагхоса в Висуддхимагге определяет самадхи как благоую однонаправленность ума (*kusalacittas'ekaggatā*). И даже здесь мы можем понять из контекста, что под самадхи подразумевается только благая однонаправленность, которая вовлекаются в целенаправленное превращение ума, вплоть до высочайшего уровня безмятежности. Буддхагхоса этимологически объясняет самадхи как "спокойное и правильное сосредоточение сознания и того, что ему сопутствует на единственном объекте (*ekārammaṇe cittacetasikānam samaṃ sammā sa ādhānaṃ*)". И он называет это "состоянием, благодаря которому сознание и то, что его сопровождает, спокойно и правильно пребывают на одном объекте, без отвлечения и рассеянности".

Несмотря на четкость этого определения слово самадхи используется в палийской литературе посвященной медитации с различными смысловыми нюансами. В самом узком смысле, как определяет Буддхагхоса, оно обозначает определенный ментальный фактор (*cetasika*), ответственный за сосредоточение ума, а именно за однонаправленность. В более широком смысле оно может означать состояния объединенного (*unified*) сознания, которое происходит из усиления сосредоточения, то есть медитативные достижения безмятежности и стадии, ведущие к ним. И в еще более широком смысле слово самадхи может прилагаться к методам практики, используемым, чтобы произвести и культивировать очищенные состояния сосредоточения, эквивалентные здесь развитию безмятежности (*samathabhāvanā*).

Именно в этом втором смысле самадхи и джхана приближаются в своем значении, иногда имея даже общую референцию. Будда приравнивает правильное сосредоточение (*sammāsamādhi*) к четырем джханам, и, таким образом, допускается то, что сосредоточение охватывает (включает) медитативные достижения, обозначаемые как джханы. Но хотя обозначения джханы и самадхи могут перекрываться, некоторое различие в их контекстуальных значениях не позволяет отождествлять эти два термина. Прежде всего, за использованием Буддой формулировки джханы, чтобы объяснить правильное сосредоточение, лежит более техническое понимание этих терминов. Соответственно этому, самадхи может быть сведено к обозначению только одного фактора, наиболее характерного

для джханы, а именно однонаправленности, тогда как сама джхана должна рассматриваться как охватывающая состояние сознания во всей его полноте, или, по крайней мере, как всю группу ментальных факторов, выделяющих это медитативное состояние как джхану.

Во-вторых, когда самадхи рассматривается в своем широком смысле, то это влечет за собой более широкий круг понятий, чем джхана. Палийская комментаторская традиция различает три уровня самадхи. Первый - это предварительное сосредоточение (*parīkammaśamādhi*), которое происходит как результат начальных усилий медитирующего для сосредоточения своего ума на объекте медитации. Второе - это приближение сосредоточения (*upacārasamādhi*), отмечаемое подавлением пяти препятствий, проявлением факторов джханы и появлением светящейся ментальной копии медитативного объекта, которая называется "противоположным знаком (*paṭibhāganimitta*)". И третье - это погруженное сосредоточение (*appanāśamādhi*), полное погружение ума в свой объект в результате полного созревания факторов джханы. Погруженное сосредоточение эквивалентно восьми достижениям, четырем джханам и четырем āruppa, и в этом объеме джхана и самадхи сходятся. Однако самадхи все же имеет более широкие пределы чем джхана, поскольку оно охватывает не только сами джханы, но и два подготовительных уровня сосредоточения, ведущие к ним. Кроме того, самадхи также охватывает различные виды сосредоточения, которые называются "моментальным сосредоточением (*khaṇikasamādhi*)", мобильная ментальная устойчивость, произведенная в ходе прозрения-созерцания на проходящих явлениях.

Глава II

Объекты медитации безмятежности

{32} Различные объекты медитации для развития безмятежности, которые Будда предписывал для различных случаев, были систематизированы в комментариях в виде набора, называющегося сорок камматхана (*kammaṭṭhāna*). Буквально, этот термин означает "место для работы". Эти сорок объектов медитации делятся на семь категорий. В Висуддхимагге они перечисляются следующим образом: десять касина (*kaṣiṇa*), десять видов загрязнений, десять памятований, четыре чудесных неизменных (*abidings*), четыре нематериальных состояния, одно восприятие и одно определение (*defining*).

Касина - это приспособление, представляющее определенное качество, используемое как опора для сосредоточения. Десять касин - это земля, вода, огонь, ветер, синее, желтое, красное, белое, свет и бесконечное пространство. Само слово "карина" означает "полнота (*sakalaṭṭhena*)". Эти десять объектов медитации представляют полноту качества присущего им самим. Как говорится в учебниках по медитации, касина может означать любой из трех пунктов: мандала - круг или другой физический объект, используемый как первичный объект для сосредоточения; нимитта - ментальный образ объекта, получаемый в результате повторного созерцания этого приспособления; и джхана - которая возникает из медитации на нимитту. Здесь касина обычно указывает на главным образом физическую основу для сосредоточения.

Десять видов загрязнений - это десять стадий разложения трупа. Главная цель такой медитации заключается в ослаблении чувственного желания посредством ясного восприятия отвратительности тела.

Десять памятований - это памятование Будды, Дхаммы, Сангхи, нравственности, щедрости, богов, смерти, тела, дыхания и покоя. Нравственность и щедрость относятся к главным буддийским добродетелям. Боги главным образом являются объектами для тех, кто еще устремлен к высшим перерождениям. Внимательность к телу предполагает умственное

разделение тела на тридцать две части, с целью восприятия его непривлекательности. И памятование покоя - это созерцание качеств ниббаны.

Четыре неизменных или неизмеримых - это развитие безграничных любящей доброты, сострадания, сочувствующей радости и невозмутимости по отношению ко всем существам.

Четыре нематериальных состояния - это основа безграничного пространства, основа безграничного сознания, основа отсутствия чего-либо и основа ни восприятия, ни невосприятия. Это объекты, ведущие к четырем соответствующим так называемым нематериальным (бесформенным) джханам (*arūpajjhāna*), нематериальным освобождениям (*arūpāvimokkhā*) или нематериальным достижениям (*arūpasamāpatti*).

Одно восприятие - это восприятие отвратительности пищи. И одно определение - это определение четырех элементов, то есть анализ физического тела на элементарные модусы твердости, текучести, тепла и колебания.

Не все объекты медитации одинаково эффективны для стимулирования более глубоких уровней сосредоточения. Кроме подготовительной стадии начального сосредоточения (*parikkamasamādhi*), может быть уровень приближающего сосредоточения (*upacārasamādhi*) и уровень погруженного сосредоточения (*appaṇāsamādhi*) в зависимости от силы факторов джханы в медитативном состоянии. Погруженное сосредоточение также состоит из восьми достижений - четыре нижние джханы и четыре аруппы.

Из сорока объектов, десять могут привести к приближающему сосредоточению. Это восемь памятований (кроме памятования о теле и о дыхании) плюс восприятие отвратительности пищи и определение четырех элементов. Развитие этих объектов может ослабить препятствия и проявить факторы джханы. Но, поскольку они заняты различными качествами и предполагают активное применение мышления, они не приводят к сосредоточению за пределами стадии приближения. Остальные тридцать объектов могут привести к погружению.

Десять касин и наблюдение за дыханием приводят к достижению всех четырех джхан, поскольку они свободны от ментальных конструкций. Десять видов загрязнений и наблюдение за телом приводят лишь к первой джхане, поскольку они сознание может удерживать их при помощи прикладываемого мышления (*vitakka*), которого нет во второй и высших джханах. Первые три неизменных могут привести к трем нижним джханам, но не к четвертой, поскольку они предполагают связь с ощущением блаженства (*sukha*), присутствующим в первых трех джханах, но замещаемым нейтральным ощущением в четвертой. И наоборот, поскольку это требует сопровождения нейтрального ощущения и не может сосуществовать с приятным ощущением, четвертая неизменная невозмутимость появляется только на уровне четвертой джханы, где преобладает нейтральное ощущение. Четыре нематериальные состояния приводят к соответствующим нематериальным джханам, но поскольку эти последние тождественны в посреднической конституции с четвертой джханой, отличаясь только своими объектами, считается, что четыре нематериальных состояния ведут к четвертой джхане.

Что касается индивидуальных предрасположенностей, то десять загрязнений и наблюдение за телом больше подходят тем, у кого преобладают чувственные желания. Четыре неизменных и четыре цветовых касины подходят для тех, у кого преобладает неприятие. Наблюдение за дыханием подходит для заблуждающихся и склонных к умствованиям. Первые шесть памятований подходят для склонных доверять. Памятование о смерти, о покое, определение четырех элементов и восприятие отвратительности пищи подходят для тех, кто разумен. И остальные шесть касин, а также нематериальные состояния подходят для всех темпераментов.

Преодоление препятствий

В суттах Будда разъясняет джханы в четырехчастной схеме, пункты которой называются первая, вторая, третья и четвертая джхана. Опытный монах, после исполнения предварительных требований и уход в затворничество, вначале переходит от обычного сознания к первой джхане, а затем от первой джханы к последующим джаханам, вплоть до четвертой. Достижение любой джханы происходит посредством двухстороннего процесса развития. Одна сторона - это устранение факторов, препятствующих достижению джханы, а другая - это обретение факторов, приводящих к этому достижению. Первый набор называется ее факторами отбрасывания (*paḥānaṅgāni*), а второй - ее факторы обладания (*samannāgataṅgāni*). Что касается первой джханы, то факторы отбрасывания - это пять препятствий (*pañcaṅgāraṇa*) и ее факторы обладания пятью базовыми факторами джханы (*pañcajhānaṅgāni*). Оба этих набора описываются в отрывке, приписываемом почтенному Шарипутте, главному ученику Будды:

Ваше преподобие, что касается первой медитации, то пять факторов отбрасывают, а пятью овладевают. Если монах приступил к первой медитации, то желание по отношению к чувственным удовольствиям отбрасывается, недоброжелательность отбрасывается, лень и апатия отбрасываются, беспокойство и тревога отбрасываются, и сомнение отбрасывается, но есть исходное и сбивчивое мышление, восторг и радость, а также однонаправленность ума. Таким образом, ваше преподобие, что касается первой медитации, то пять факторов отбрасываются, и пять факторов обретаются.

В этой главе мы сосредотачиваемся на пяти препятствиях, оставляя детальное рассмотрение факторов джханы до следующих глав. Пять препятствий - это чувственное удовольствие (*kaṃācchanda*), недоброжелательность (*byāpāda*), лень и апатия (*thīnamiddha*), беспокойство и тревога (*uddhacca*), а также сомнение (*vicikicchā*). Загрязнения, включенные в эту группу, препятствуют не только первой джхане, но и в целом устремлению очистить и освободить свой ум. Они стоят подобно стене между шаблонами ума, связанными с чувствами и эгоизмом человека, и его устремлением по отношению к высшему развитию, препятствуя продвижению в сфере безмятежности и прозрения.

Вступление в джхану

{38} Будда описывает достижение первой джханы стандартной формулой, часто встречающейся в палийском каноне. Эта формула такова:

Вполне отделенный от чувственных удовольствий, отделенный от не благих состояний ума, он вступает и пребывает в первой джхане, которая сопровождается применяемыми и устойчивыми мыслями, с восторгом и счастьем, рожденными из уединения (*vivicc'eva kāmehi vivicca akusalehi dhammehi savitakkaṃ savicāraṃ piṭisukhaṃ paṭhamaṃ jhānaṃ upasampajja viharati*).

Устранение загрязняющих состояний охватывается словами "вполне отделенный от чувственных удовольствий, отделенный от не благих состояний ума (*vivicc'eva kāmehi vivicca akusalehi dhammehi*)". Дхаммасангани, Аттахакатха и Висуддхимагга комментируют эти строки почти одинаково, указывая, что это относится к препятствиям достижения этой джханы.

Опираясь на Ниддесу и Вибхангу комментарии сходятся на двойной интерпертации чувственных удовольствий (*kāmehi*). Здесь они могут быть поняты как объективные чувственные удовольствия (*vatthukāma*), т.е. соблазняющие чувственные объекты, либо же загрязнения чувственных удовольствий (*kilesakāma*), то есть само субъективное желание. Чтобы достичь первой джханы йогин должен отстраниться от чувственных удовольствий, первого препятствия и его объективной основы, поскольку они являются "врагами" первой джханы, которая не может существовать в их присутствии, подобно тому, как света нет там, где тьма.

Отделенность от чувственных удовольствий означает телесную отстраненность (*kāyaviveka*), физическую отчужденность от контакта с чувственными провоцирующими объектами, а отделенность от не благих состояний означает отстраненность ума (*cittaviveka*), ментальную отчужденность от одержимости загрязнениями. Таким образом, отделенность (отстраненность) означает изоляцию ума посредством сдерживания пяти препятствий.

Пять препятствий

Пять загрязнений или препятствий - это чувственное удовольствие (*kamācchanda*), недоброжелательность (зломыслие) (*byāpāda*), лень и апатия (*thīnamiddha*), беспокойство и тревога (*uddhaccakukkucca*), а также сомнение (*vicikicchā*). Эти пять окутывают завесами и препятствуют развитию ума.

Развитие медитации состоит из двух методов - безмятежность (*samatha bhāvanā*) и прозрение (*vipassanā bhāvanā*). Будда говорит, что эти пять препятствий ослепляют, вводят в заблуждение, сводят с неудовлетворенностью, противостоят мудрости, и уводят от нирваны.

Чувственное удовольствие часто сравнивают с водой, окрашенной ярким красителем, недоброжелательность с кипящей водой, лень и апатию сравнивают с водой, покрытой тиной, беспокойство и тревогу сравнивают с рябью на воде, и сомнения сравнивают с грязной водой. Поэтому даже остроглазому человеку трудно будет увидеть свое отражение в такой воде.

И поскольку эти пять препятствий являются особыми препятствиями для первой джханой, они называются "факторами отбрасывания (*paṇānaṅgāni*)" первой джханы. Буддхагхоса говорит, что когда ум обеспокоен страстью и алчностью по отношению к своим объектам, то он не может сосредоточиться. Когда он обеспокоен зломыслием, то он не пребывает в непрерывности. Когда его одолевает тупость и вялость, то он тяжеловесен (неповоротлив). Когда он охвачен беспокойством и тревогой, то он беспокоен и озабочен. Когда же он поражен неопределенностью (сомнением), то он сбивается с пути осуществления джханы. Они являются факторами отбрасывания, поскольку особенно препятствуют джхане.

И кроме того эти пять факторов отбрасывания непосредственно связаны с факторами джханы (*jhānaṅgāni*). Пять факторов джханы - это пять ментальных явлений, которые усиливают сосредоточение и поднимают ум до уровня джханы. Этими пятью являются прикладываемая(-ющая) мысль (*vitakka*), поддерживаемая(-ющая) мысль (*vicāra*), восторг (*pīti*), счастье (*sukha*) и однонаправленность (*ekaggatā*). Однонаправленность несовместима со страстью, восторг - со зломыслием, прикладываемая мысль - с вялостью и тупостью, счастье - с беспокойством и тревогой, и поддерживаемая мысль - с неопределенностью (сомнением). Таким образом каждый фактор джханы рассматривается как направленный на устранение и прекращение соответствующего препятствия для джханы.

Пять препятствий: детальное описание

Чувственное желание (kāmacchanda)

Стремление к чувственным удовольствиям (kāma) здесь приравнивается к пяти аспектам чувственного удовольствия (pañca kāmaguṇā) по отношению к видимым формам, звукам, запахам, вкусам и осязаемому, которые являются желанными, привлекательными, приятными, сладостными и вызывающими вожделение. Чувственное желание является одной из форм жадности (lobha). В Висуддхимагге сказано, что она обладает характеристикой схватывания объекта, подобно ловушке. Она функционирует как склеивающая, подобно тому, как мясо прилипает к горячей сковороде. Она проявляется как не отстающая, подобно саже. Ее непосредственная причина - видение радости в вещах, которые ведут к закабалению.

Чувственное желание отличается по своей природе от других типов желания. Дхаммасангани-аттхакатха отличает его от желания осуществить определенную цель (kattukamyatā), а также от желания Дхармы (dhammacchanda).

Недоброжелательность (byāpāda)

Недоброжелательность (зломыслие) рассматривается в суттах как ненависть (dosa) и неприятие (paṭigha). Все это означает негодование по отношению к неприятным индивидуумам или объектам. В Висуддхимагге говорится, что ее характеристика - это свирепость, как у рассерженной змеи. Ее функция - это распространение, подобно капле яда. Ее функция - это сжигание своей собственной опоры, подобно лесному пожару. Она проявляется как преследование, подобно врагу, который получил свой шанс. Ее непосредственная причина - это основания для раздражения.

Леность и апатия (thīnamiddha)

В Дхаммасангани говорится, что леность - это неповоротливость и тяжеловесность ума (cittassa akallatā akammaññata), который пристаёт, цепляется, привязывается, вялый, вязкий и закостеневший. Тогда как апатия - это неповоротливость и тяжеловесность чувств (букв. тела, nāmakāya=cetasika), который покрыт, закрыт и закутан внутри, сонлив, вял, пребывает в оцепенении и дремоте. То есть леность связана с мышлением, а апатия - с восприятием и устремлениями (volition).

В Висуддхимагге говорится, что леность имеет характеристику отсутствия движущей силы. Ее функция - устранение энергии. Она проявляется как убывание (subsiding). Апатия имеет характеристику неповоротливости. Ее функция - это удушье (smother). Она проявляется как вялость или как сонливость. Непосредственная причина для обоих - это неправильное отношение к скуке, лености и прочему.

Беспокойство и тревога (uddhaccakukkucca)

В Дхаммасангани сказано, что беспокойство ума - это волнение, тревожность в сердце и смятение в уме. Тревога - это сознание законного как незаконного, сознание незаконного как законного, сознание аморального как морального и сознание морального как аморального. Все это тревога, суэта, чрезмерная шепетильность, угрызение совести и страхи.

В Висуддхиагге говорится, что характеристикой беспокойства является волнение, подобно воде от дуновения ветра. Его функция - это неустойчивость, подобно полотнищу на ветру. Его проявление - это смятение, подобно пыли, поднятой от падения камней. Его непосредственная причина - это неправильное отношение к волнениям ума. Характеристика тревоги - это последующее сожаление. Ее функция - печаль о том, что было и что не было

сделано. Она проявляется как угрызания совести. Непосредственная причина - это то, что было и что не было сделано.

Сомнение (vicikicchā)

Сомнение - это неопределенность и неуверенность относительно Будды, Дхармы, Сангхи и тренировки (дисциплины). Это также скептическая неуверенность относительно фундаментальных принципов буддийской доктрины и практики. В Висуддхимагге говорится, что функцией сомнения является колебание, проявлением - нерешительность, а действием - препятствие для практики.

Отделение от препятствий

Виды отделения

В Висуддхимагге говорится, что есть три вида отделения (viveka), а именно телесное отделение (kāyaviveka), ментальное отделение (cittaviveka) и отделение подавления (vikkhambhanaviveka).

Телесное отделение - это физический уход от активной общественной деятельности в условиях уединения, чтобы посвятить свое время и энергию духовному развитию. Ментальное отделение означает отвлечение ума от втягивание в загрязнения и отвлекающие мысли. Отделение от субстанции (upadhi viveka), которое относится к первым двум, это ниббана, освобождение от элементов феноменального существования, хотя достижение первой джханы от этого не зависит.

Третий вид отделение относится к несколько иной категории отбрасывания (pahāna). В Патисамбхидамагге описываются пять видов отбрасывания: отбрасывание подавлением (сдерживанием), заменой на противоположное (tadaṅga), отсеканием (samiccheda), умиротворением (paṭippassaddhi) и избавлением (nissaraṇa). Поскольку развивают первую джхану, то препятствия отбрасываются посредством сдерживания. Поскольку развивают сосредоточение участия проникновения, то ошибочные воззрения отбрасываются посредством замены на противоположное. Поскольку развивают запредельный путь, который ведет к их разрушению, то [загрязнения] отбрасываются посредством отсечения. В момент результата они отбрасываются посредством умиротворения. И отбрасывание посредством избавления - это ниббана, прекращение.

Пять типов отбрасывания более полно освещаются в комментариях.

- 1) В Висуддхимагге говорится, что "отбрасывание посредством сдерживания" происходит, когда "любой мирской вида сосредоточения сдерживает противоположные состояния, такие как препятствия", что иллюстрируется сдерживанием водорослей посредством помещения пористого горшка на воду с этими водорослями. Хотя в каноническом тексте в качестве примера упоминается только первая джхана, Буддхагхоша отмечает, что это упоминается в связи с тем, что сдерживание здесь очевидно, но сдерживание также происходит прежде и после джханы, когда препятствия не вторгаются в сознание вследствие силы сосредоточения.
- 2) "Отбрасывание посредством замены на противоположное", определяется как отбрасывание любого данного состояния, которое должно быть отброшено посредством определенного фактора знания, который, как составляющая часть прозрения, противостоит этому, подобно рассеиванию тьмы ночью посредством света. Данный тип отбрасывания, иными словами, представляет собой форму заменяющего фактора в котором возникновение определенных видов знания-

прозрения нейтрализует и преодолевает соответствующий вид ошибки. В Висуддхимагге приводятся примеры с отбрасыванием восприятий постоянства, удовольствия и самости посредством созерцания непостоянства, страдания и отсутствия самости, главных форм знания-прозрения. И в комментарии добавляется, что такое прозрение не является лишь видом отбрасывания посредством замены на противоположное, поскольку это также может происходить другими способами, например, посредством очищения поведения, замены недобродетельного на добродетельное.

- 3) "Отбрасывание посредством очищения" - это "отбрасывание состояний, начиная с оков (fetters), посредством знания благородного пути, таким образом, что они никогда снова не появляются, подобно трем ударам молнии". Такой вид отбрасывания происходит, когда запредельная мудрость сознания благородного пути искореняет семена или зародыши загрязнений, отсекая возможность их повторного возникновения.
- 4) "Отбрасывание посредством умиротворения" - это умиротворение или успокоение загрязнений в моменты "результата", следующего на благородном пути сознания. Это отмечает освобождение, следующее за разрушением загрязнений в результате следования пути.
- 5) "Отбрасывание посредством избавления" - это ниббана, в которой все обусловленное отбрасывается посредством избавления от всего обусловленного.

Таким образом, когда в Висуддхимагге говорится, что достижение первой джханы зависит от отделения (изоляции) посредством подавления (сдерживания), мы должны понимать это в том смысле, что это требует отбрасывания препятствий посредством отбрасывания через сдерживание.

Стадия отбрасывания

{51} Подавление препятствий готовит ум к вхождению в джхану тем, что готовит ситуацию, способствующую ее актуализации. Джхану и подавление таким образом можно понимать как существующие во взаимосвязи, когда появление джханы зависит от предшествующего подавления препятствий, тогда как сохранение препятствий мешает достижению джханы.

Работа по сдерживанию препятствий начинается с первых усилий в сосредоточении ума на одном из предписанных объектов для развития джханы, таких как касины (kasiṇa). Когда медитирующий фиксирует свой ум на начальном объекте, то достигается момент, когда он может видеть этот объект с закрытыми глазами также ясно, как с открытыми. Этот визуализируемый объект называется "знак узнавания (uggahanimitta)". Когда он сосредотачивается на знаке узнавания, то его усилия приводят в действие определенные ментальные факторы, периодически присутствующие в обычном сознании, но теперь усилившиеся, более продолжительные и отчетливые в результате медитативного напряжения. Этими ментальными факторами, активизирующимися в результате предварительной работы по сосредоточению, являются прикладываемая(-ющая) мысль (vitakka), поддерживаемая(-ющая) мысль (vicāra), восторг (pīti), счастье (sukha) и однонаправленность (ekaggatā). Когда достигают полного созревания, то они становятся факторами джханы, но на подготовительной стадии сосредоточения они представляют джхану лишь в зачаточной форме. Эти факторы несовместимы с препятствиями и функционируют как их противоядия. Поэтому последовательное их развитие исключает препятствия, истощает их и держит на расстоянии.

В Висуддхимагге объясняется, что препятствия противоположны факторам джханы. И в Петакке (Peṭaka) сказано, что сосредоточение несовместимо со страстью, счастье - с

враждебностью, прикладываемая мысль - с жесткостью и оцепенением, восторг - с возбужденностью и беспокойством, а поддерживающая мысль - с неопределенностью (сомнением).

В результате последующей практики "знак узнавания" порождает очищенное и сияющее воспроизведение себя, называемое "знак противоположного (paṭibhāga nimitta)". Манифестация знака противоположного отмечает полное подавление препятствий и достижения уровня сосредоточения, известного, как "приближение к сосредоточению (upacārasamādhi)".

Эти три события - подавление препятствий, возникновение знака противоположного и приближение к сосредоточению - происходят точно в один и тот же момент, без интервала. И хотя прежде процесс ментального развития мог требовать устранения различных препятствий в различное время, когда достигают приближения, все они стихают вместе. Термин "приближение к сосредоточению" не встречается в четырех главных никаях Суттапитаки, но только в комментариях. Однако, промежуточное состояние между обычным сознанием и полным сосредоточением, в котором препятствия преодолены, определенно используется во многих местах. Так, в Саманнапхала-сутте сказано:

Но когда эти пять препятствий (завес) были отброшены в нем, он взглянул на себя как свободный от сомнений, избавившийся от болезни, вышедший из тюрьмы, свободный и уверенный в себе человек. И радость поднялась в нем от этого освобождения, и восторг возник в нем, и от восторга этого все его тело стало легким, и пребывая в этой легкости он наполнился чувством покоя и в этом покое его сердце оставалось.

Похоже, что состояние, в котором препятствия были отброшены, но ум еще не стал полностью сосредоточен в первой джхане, является каноническим образцом для приближения к сосредоточению. Хотя ментальные факторы, являющиеся определяющими для джханы, присутствуют в приближении к сосредоточению, но они еще не обладают достаточной силой, позволяющей этому состоянию называться первой джханой. Они достаточно сильны только для того, чтобы избавиться от препятствий и держать их на расстоянии.

Причинное возникновение препятствий

В Ангуттара-никае Будда говорит, что питательной средой для неведения являются пять препятствий. Питательной средой пяти препятствий являются три ошибочных способа практики. Питательной средой трех ошибочных действий (телом, речью и умом) являются несдержанность чувственных способностей. Ее питательной средой являются отсутствие внимательности и самообладания (контроль над умом). Их питательной средой является отсутствие основательной работы ума. Его питательной средой является отсутствие веры. Питательной средой этого является не слушание истинной Дхармы. И питательной средой этого является не следование за тем самым человеком (Буддой).

Будда часто обращает внимание на ключевую роль, которую играет "неблагоразумное внимание (ayoniso manasikāra)" в возникновении не благих состояний ума. Это нецелесообразное или ошибочное мышление (anupāyamanasikāra). И это состояние ума, которое воспринимает свой объект посредством четырех извращенностей (vipallāsa): то есть принятие непостоянного как постоянного, страдания как удовольствия, отсутствие самости как самость и дурное как прекрасное. Именно такое ошибочное мышление является производной причиной для возникновения и развития всех пяти препятствий.

В частности, Будда говорил, что питательной средой для чувственного желания является неблагоприятное внимание по отношению к прекрасным явлениям. Питательной средой для недоброжелательности является неблагоприятное внимание по отношению к

отвратительным явлениям. Питательной средой для лени и апатии является неблагоприятное внимание по отношению к неудовлетворенности, сонливости, вялости, пресыщению едой и лени ума. Питательной средой для беспокойства и тревоги является неблагоприятное внимание по отношению к не успокоенности ума. Питательной средой для сомнения является неблагоприятное внимание по отношению к основаниям для сомнения.

Таким образом мы видим, что пять препятствий возникают и увеличиваются главным образом в результате трех ошибочных действий: отсутствия контроля органов чувств, отсутствия внимательности и неблагоприятной направленности внимания.

Устранение препятствий

{57} Контроль и покорение препятствий состоит лишь в том, чтобы устранить их порождающие причины. Окончательная победа над препятствиями следует исключительно благодаря четырем высшим путям. Совершенно необходимо достичь пути развития прозрения (*vipassanā*), поскольку прозрение истинных характеристик явлений выливается в запредельную мудрость пути. Но, чтобы прозрение возникло, препятствия должны быть ослаблены до уровня, когда они не могут препятствовать созерцанию.

В канонических текстах предлагается два главных подхода для предварительного преодоления препятствий. Один из них - это подавление препятствий посредством развития безмятежности (*samatha*), либо приближение к сосредоточению джханы, и другой - это их устранение в ходе развития прозрения. Первое описывается в рассуждениях Будды, где он описывает уровни "последовательной тренировки", и второе описывается как практика сатипатхана, "основания внимательности".

Эти два различных подхода предлагаются вследствие различных умственных предрасположенностей учеников. Ученики с созерцательными склонностями вначале обычно стремятся достичь сосредоточения посредством подавления препятствий посредством джханы, а затем продвигаются к развитию прозрения. Они называются практикующими колесницы безмятежности (*samathayānika*), которые развивают вначале безмятежность, а затем прозрение. Другие же ученики со склонностью к интеллектуализации, в общем, сперва устремляются к прозрению, оставляя углубление сосредоточения на потом. Такие называются практикующими колесницы прозрения (*vipassanāyānika*), которые развивают вначале прозрение, а затем безмятежность. Однако те и другие должны развивать прозрение, практикуя основание внимательности, поскольку для достижения запредельной мудрости необходима мудрость прозрения.

Путь постепенной тренировки

Этот путь, как правило, начинается со следования учению Будды, слушания Дхармы, и с доверия по отношению к ней. Самый простой путь - это соблюдение моральной дисциплины (*винаи*), сдерживание тела и речи, которые в итоге влияют на состояние ума. Но, кроме того, это должно сопровождаться строгой дисциплиной ума. И такая тренировка начинается со сдерживания органов чувств (*indriya saṃvara*). Это прекращение цепляния за внешние объекты, что означает ограничение своего внимания простой констатацией объекта, без оценивания и размышления о нем. Тогда, наделенный таким самоограничением, ученик развивает внимательность и распознавание (*satisampajañña*) в любой своей активности, движениях и внешнем поведении. Исследуя все и делая это с полным осознанием и ясным пониманием, он может сделать так, чтобы эти активности не стали основанием для возникновения препятствий. Избавляясь от привязанности и отвращения по отношению к тому, что поддерживает жизнь, он развивает удовлетворенность (*santutṭhi*) абсолютным

минимумом одежды, пищи, лекарств и жилища. И когда ученик прошел эту подготовку, он готов отправиться в одиночество, чтобы развивать джханы, и именно там он непосредственно сталкивается с препятствиями.

Устранение препятствий прежде всего требует честной оценки и признания наличия таковых. А затем необходимо знание их соответствующих противоядий. Основным способом их устранения - это заменить неблагоприятное внимание на благоприятное (или мудрое) (*yonisomanasikāra*). Мудрое внимание (или рассмотрение) - это рассмотрение, которое соответствует природе вещей, и это целесообразное размышление, или размышление, следующее правильным путем ... размышление о непостоянстве, страдании, отсутствии самости и нечистоте. В результате этого препятствия устраняются и держатся на расстоянии.

Конкретным противоядием или тем, что не питает (*anāhāra*) препятствия, например для чувственного удовольствия, является созерцание безобразного. А также мудрое рассмотрение освобождения ума любящей доброты (*mettācetovimutti*) противодействует недоброжелательности. Мудрое рассмотрение элементов усилия (*ārambhadhātu*), старания (*nikkamadhātu*) и усердия (*parakkamadhātu*) противодействует лени и апатии. Мудрое рассмотрение спокойствия (*cetaso vūpasama*) противодействует беспокойству и тревоге. И мудрое рассмотрение благих и не благих состояний (*kusalākusaladhammā*) противодействует сомнению.

Чтобы отбросить чувственное удовольствие следует взять для медитации неприятный объект; для развития джханы следует также взять неприятный объект медитации; следует контролировать органы чувств; следует проявлять умеренность в пище; благорасположенность и поддержка хорошего товарища; а также необходимо поддерживать беседу, которая помогает достижению данной цели.

Недоброжелательность устраняется благодаря практике медитации на любящую доброту; применением развития джханы на мыслях о любви; размышлением над собственными действиями, как над собственным имуществом; много мудрого рассмотрения; благорасположенность и помощь хорошего товарища; а также беседа, способствующая развитию мыслей о любви и недостатках злобы.

Что касается лени и апатии, то следует понимать, что им способствует переизбыток или обжорство; следует полностью поменять положение тела; следует созерцать влечение света; следует находиться в открытом месте; благорасположенность и помощь хорошего товарища; а также беседа, способствующая устранению лени и апатии.

Противоядиями от беспокойства и тревоги являются знание; расспросы; понимание правил дисциплины; связь с теми, кто дольше занимается и более опытен в практике добродетели; благорасположенность и помощь хорошего товарища; а также беседа, способствующая устранению беспокойства и тревоги.

Сомнениям не способствует знание буддийского учения; узнавание того, что такое Будда, Дхарма и Сангха у настоящих святых; хорошее понимание сути дисциплины; уверенность в том, что такое Будда, Дхарма и Сангха, полученная у настоящих святых; благорасположенность и помощь хорошего товарища; а также беседа, способствующая устранению сомнения.

Но даже если медитирующий преодолел препятствия посредством силы полного сосредоточения, однако он не ослабил их хватку на глубоких уровнях ума посредством размышления и применения ума, они будут продолжать препятствовать погружению и разрушать сосредоточение. И поэтому его радость джханы будет короткой и поверхностной.

Путь внимательности

{62} Метод внимательности направлен непосредственно на созерцание явлений тела и ума, с целью породить прозрение. Различные явления тела и ума разделяются на четыре

"основания внимательности": тело (kāya), ощущения (vedanā), состояния ума (citta) и объекты ума (dhamma). Но встреча с препятствия происходит только в последнем разделе ментальных объектов.

Посредством чистого внимания по отношению к препятствиям возможно достичь ясного понимания их индивидуальной природы, а также различить их причины и условия. Созерцание препятствий - это средства для достижения как безмятежности, так и прозрения. Благодаря непосредственному устремлению внимания на само препятствие, медитирующий может лишиться его разрушающей силы. Повторяющее интроспективное исследование себя, выполняемое с полной искренностью, приводит к самоузнаванию, которое необходимо для трансформации и очищения направления повседневной деятельности его ума. Таким образом внимательность к препятствиям становится средством для развития сосредоточенного покоя.

И то же самое созерцание, когда внимание направляют на препятствия, как на лишь мгновения явлений, становится средством для достижения прозрения випассаны. Таким образом рассматривая возникновение и исчезновение ментальных процессов, связанных с препятствиями, медитирующий достигает прозрения факта непостоянства; рассматривая их неустойчивую природу и приводящий к беспокойствам результат, видят истину страдания и т.д.

Однако практика медитации прозрения не предполагает намеренного усилия, направленного на развитие сосредоточения. Поскольку практикующий не ограничивает свое внимание единственным объектом, то возникновение сосредоточения уровня приближений или погружения невозможно. Медитация прозрения предполагает созерцание постоянно изменяющегося потока явлений, и поэтому достижение джханы на этом пути не происходит.

Но здесь может появляться спонтанное или мгновенное сосредоточение (khaṇika samādhi), когда ум не отвлеченно исследует феноменальный процесс. И хотя это созерцание не обладает силой, необходимой для достижения джханы, этого мгновенного сосредоточения достаточно для того чтобы противодействовать препятствиям мешать этому созерцанию и содействовать возникновению мудрости прозрения. Таким образом, даже без развития джханы практикующий чистое прозрение может собрать моменты сосредоточения, что дает ему достаточно ментального соединения (mental unification), чтобы служить основой для прозрения и достижения пути.

Искоренение препятствий

В джхане препятствия отбрасываются только посредством подавления. И хотя не активны, они все еще остаются латентно в потоке ума. Полное же искоренение препятствий требует мудрости запредельного пути, которая подсекает их под корень. Такое отбрасывание отсечением (samucchedappahāna) осуществляется посредством различных путей на четырех стадиях запредельного развития. Согласно Висуддхимагге первый путь вхождения в поток (sotāpattimagga) отсекает препятствия сомнения. Второй путь единственного возвращения (sakadāgāmi magga) ослабляет все препятствия, но не отсекает ни одного. Третий путь не возвращения (anāgāmi magga) отсекает препятствия чувственного удовольствия, недоброжелательности и беспокойства. И четвертый путь архатства (arahatta magga) отсекает все остальные препятствия лени и апатии и тревоги. Следовательно, только архаты полностью преодолевают все препятствия.

Блага отбрасывания препятствий

{65} Отбрасывание пяти препятствий это необходимое условие не только для достижения джханы, но и для всех остальных высших достижений. Благодаря их

отбрасыванию возможны четыре брахмавихары, и, очистив от них свой ум, практикующий заполняет весь мир высшими эмоциями любящей доброты, сострадания, сочувствующей радости и невозмутимости. Свобода от препятствий является необходимым условием для правильного восприятия Дхармы и для возникновения "глаза Дхаммы", прямое прозрение в истину, которое ведет к первому уровню освобождения, стадии вхождения в поток и т.д.

Глава IV

Первая дхьяна и ее факторы

Дхьяна достигается благодаря отбрасыванию того, что ей препятствует и обретению того, что ей способствует. В случае с первой дхьяной факторами являются пять следующих ментальных состояний: прикладывающее мышление (*vitakka*), поддерживающее мышление (*vicāra*), восторг (*pīti*), счастье (*sukha*) и однонаправленность ума (*cittass' ekaggatā*).

Витакка

Слово *vitakka* является производным от палийского корня *tak* – “мыслить”, и часто встречается в связке с другим словом *vicāra*, которое является производным от корня *car* – “двигать”. Вместе они означают два связанных, но и отдельных аспекта мыслительного процесса.

В *Cūlavedalla-sutta* мудрая бхикшуни Дхаммадинна описывает витарку и вичару как “активность речи” (*vacisaṅkhāra*) приводя следующий довод: “Обладея прежде всего прикладывающим и поддерживающим мышлением, в результате вовлекаются в речь, поэтому витарка и вичара – это активность речи.” В субкомментариях говорится, что когда говорится, что витарка и вичара активизируют речь, это означает, что без витарки и вичары ум не может произвести вербальный звук. То же касается и мыслительного процесса.

В сутрах и Абхидхарме витарка определяется как “приложение ума” (*cetaso abhiniropana*), по поводу чего в Аттахасалини отмечается, что смысл витарки – это приложение ума к объекту:

Витарка имеет характеристику приложения ума к объекту, поскольку она водружает ум на объект. Также как некто поднимается в царский дворец опираясь на родственников и друзей, приближенных королю, также и ум восходит в объект полагаясь на витарку.

Шве Занг Аунг также разъясняет:

В познании чувственных объектов элемент витарка присутствует как направляющий сопутствующие элементы на чувственный объект. В воображении витарка направляет на образ; в сосредоточении – на идею; в символической концепции – на концепцию; в суждении – на пропозицию; в доводах – на силлогизм, или умозаключение. В сомнении витарка направляется то на один объект, то на другой, то снова возвращается к прежнему. При рассеянности витарка направляет ум к одному объекту за другим. На первой дхьяне витарка направляет ум на “остаточный образ” и т. д. и в трансцендентальном сознании – на нирвану.

В процессе дискурсивного мышления, ментального концептуализирования и воображения, деятельность витарки может быть более очевидной, чем в других когнитивных процессах. Но где бы она не проявлялась, ее направляющая функция работает, становясь наиболее ясной на первой дхьяне, где вербальное мышление не заметно, но витарка все же остается.

Неблагое прикладывающее мышление

Сама по себе витарка ни благая, ни не-благая (*kusala-akusala*). Это просто присуще неопределенная функция направления ума и его сопровождения на объект. Ее моральные качества определяются ассоциирующимися факторами, особенно ее находящимися в основе корнями. Если она связана с не-благими корнями, такими как жадность, неприязнь и заблуждение – она становится не-благим прикладывающим мышлением. Не-благие мысли делятся в сутрах на три вида: мышление, связанное с чувственным (*kāma-vitakka*); мышление, связанное с враждебностью (*byāpāda-vitakka*); и мышление, связанное с нанесением вреда (*vuhiṃsā-vitakka*).

Будда утверждает, что все не-благое мышление без остатка прекращается на первой дхьяне – четыре верных усилия устранения возникшего не-благого, предотвращение еще не возникшего не-благого, способствование возникновению еще не возникшего благого и развитие возникшего благого.

Благое прикладывающим мышление

Всего их три: благое мышление обычной моральной добродетели сознания; благое мышление первой дхьяны и благое мышление запредельного пути.

Первые три – это мысли отречения (*nekkhamma-vitakka*), мысли благожелательности (*abyāpāda-vitakka*) и мысли невреждения (*avihiṃsā-vitakka*). Благодаря устранению не-благого и установлению благого ум становится устойчивым, единым и сосредоточенным на объекте медитации.

Другими четырьмя способами преодоления не-благого является: 1) размышление над их недостатками; 2) старание не обращать на них внимание; 3) сосредоточение на удалении источников не-благого; 4) упорное сдерживание, преодоление и подавление негативного ума позитивным.

Благое прикладывающее мышление в дхьяне

В дхьяническом сознании возможно будет правильным сказать, что витарка проталкивает свое сопровождение в объект, нежели чем направляет на него. В контексте дхьяны витарка квалифицируется термином *appanā*, что означает погружение. Тогда как считается, что обычная витарка прикладывает ум только к поверхности объекта, витарка в дхьяне проникает в глубину объекта. Таким образом витарка на уровне погружения сравнивается с твердым телом, которое погружается на дно водоема и фиксируется там, тогда как обычная витарка сравнивается с пустым мячом, который всегда плавает на поверхности и погружается только под давлением.

Объектом дхьяны, в которой витарка вталкивает ум и его сопровождение, является “аналогичный знак” (*paṭibhāganimitta*). Когда медитирующий начинает практику для достижения дхьяны, он берет окрашенный элемент (*kaṣiṇa*) и сосредотачивается на нем пока не сможет видеть его отчетливо с закрытыми глазами, также как с открытыми. Когда обнаруживает, что объект неясен, необходимо раскрыть глаза и смотреть на объект, пока в уме снова не установится его отчетливый отпечаток, затем закрыть глаза и продолжить созерцание. Необходимо закрепить видение объекта, изучаемый знак (*uggahanimitta*), используя прикладывающее и поддерживающее мышление.

Прикладывающее мышление противодействует ленности и вялости, и, наконец, полностью их устраняет. Таким образом ум вступает в более продвинутое сосредоточение. И на этом этапе изучаемый знак сменяется аналогичным. При этом визуализируемый объект значительно проясняется. Аналогичный знак является объектом как продвинутого

сосредоточения, так и дхьяны. Разница только в силе дхьянических факторах. Во втором случае они более сильны в проталкивании ума в объект.

Вичара

Поскольку вичара всегда следует после витарки, она кажется более развитой фазой мышления, и такое подозрение возникает из анализа, данного в Абхидхарме и комментариях к ней. Чтобы ухватить разницу между витаркой и вичарой, мы переводим вичару как “поддерживаемое мышление”. В комментариях это объясняется следующим образом:

Поддерживаемое размышление (*vicāraṇa*) – это поддерживаемое мышление (*vicāra*); это означает непрерывное поддержание (*anusañcarana*). Оно имеет характеристику продолжающегося давления на объект. Его задача поддержание ментальных состояний занятых им.

Это проявляется как закрепление сознания на объекте. Исходя из этимологии вичара предполагает продолжительное движение, это продолжающееся движение ума по направлению к объекту. Во-вторых, в ходе своей активности вичара осуществляет фиксирование ума и его состояний на объекте. Это фиксировано удерживает их, поддерживая деятельность ментального прикладывания витарки. И в-третьих, вичара играет роль рассмотрения. Сохраняя ум сфокусированным на объекте она позволяет уму осмотреть, проверить и исследовать свойства объекта.

В комментариях объясняется разница между витаркой и вичарой через описание витарки как первое столкновение ума с объектом, грубая и начальная фаза мышления, которая подобна удару в колокол. Тогда как вичара – это действие закрепления ума на объекте, тонкая фаза длительного давления, которая подобна тому чтобы звонить в колокол. Буддхагхоша приводит несколько дополнительных аналогий чтобы проиллюстрировать связь между витаркой и вичарой. 1) Витарка подобна движению птицы взлетающей в воздух и хлопающей крыльями; вичара – это плавное движение в воздухе с распростертыми крыльями 2) Витарка сравнивается к полету пчелы к цветку, а вичара с кружением вокруг. 3) Витарка подобна крепкому сжатию потускневшей чаши в одной руке, а вичара с активным трением ее полировочными средствами второй рукой. 4) Витарка – придерживающая глинянный кувшин при его лепке одной рукой, вичара – обрабатывающее движение второй руки.

Витарка приводит к углублению сосредоточения через повторное приведение ума к одному и тому же объекту, тогда как вичара – это поддержание сосредоточения через закрепление ума на объекте.

Пити

Третий фактор дхьяны - *pīti* – обычно переводится как “радость” или “восторг”. В сутрах иногда говорится, что пити возникает из другого близкого качества, которое называется *pītojja* – “удовольствие”, которое возникает вместе с устранением пяти препятствий (загрязнений) (*pañcanivāraṇā*). В этот момент обретают уравновешенность. Из такой уравновешенности возникает ощущение счастья, которое способствует вступлению в первую дхьяну. Таким образом, восторг предшествует возникновению первой дхьяны и продолжается вплоть до третьей дхьяны. Пити освежает тело и ум, а также ощущается как приподнятость настроения.

Тогда как сукха относится к ведана-скандхе, пити – к самскара-скандхе. Пити – это своего рода интерес к объекту и извлечение из него удовольствия. В субкомментариях к Абхидхарме сказано, что пити характеризуется схватыванием объекта как желательного.

Поскольку возникает позитивный интерес к объекту – это становится противоядием препятствию недоброжелательности.

Есть пять видов восторга: 1) малый восторг – это когда на теле поднимаются волоски; 2) моментальный восторг подобен череде молний; 3) заливающий восторг подобен волнам, накатывающим на морской берег; 4) переносящий восторг подобен перемещению тела с одного места к другому; 5) всеохватывающий восторг заполняет все тело.

Сукха

Sukha – счастье, блаженство, легкость. Это умственное счастье или блаженство, возникающее из умственного контакта. Счастье первой дхьяны характеризуется удовольствием, функцией интенсификации сопредельных состояний и, как проявление, содействие им.

Приятное ощущение (*vedanā*) подразделяется на телесное (*kāyika-sukha*), которое называется *sukha* – удовольствие и умственное (*cetasika-sukha*), которое называется *somanassa* – радость. Неприятное ощущение также делится на телесное *dukkha* – страдание, и умственное *domanassa* – несчастье. В этой системе классификация нейтральное ощущение называется равностностью - *upekkhā*.

В Вибхаге говорится, что сукха первой дхьяны – это ментальное счастье, возникающее из умственного контакта, то есть, это форма радости или *somanassa*. Счастье, связанное с жадностью и направленное на приятные формы, запахи и пр. – это чувственное счастье (*kāmasukha*). Счастье, связанное с благими корнями, возникающими из отречения от чувственного удовольствия, – это духовное счастье (*nirāmisasukha*), или счастье отречения (*nekkhammasukha*). Счастье дхьяны – это духовное счастье, возникающее из изоляции от чувственных удовольствий и препятствий. Это также счастье сосредоточения (*samādhisukha*). В Упаниса-сутре сказано: Удовольствие (*pāmojja*) – это опорное условие для восторга (*pīti*), восторг – это опорное условие для умиротворения (*passaddhi*), умиротворение – для счастья (*sukha*), а счастье – для сосредоточения (*dhyana*). В комментариях говорится, что удовольствие – это начальная форма восторга. Умиротворение – это ослабление загрязнений. Результирующее сосредоточение формирует основу для прозрения (*pādakajjhāna*). Счастье является противоядием напряженности и обеспокоенности.

Сукха всегда сопровождает пити, но пити не всегда сопровождает сукху. В Аттхасалини сказано, что пити – это радость достижения желаемого объекта, тогда как сукха – это радость от вкуса достигнутого. Пити – услышать шум воды в пустыне, сукха – насладиться ее поглощением.

Однонаправленность

Однонаправленность – это универсальное умственное сопровождение, присутствующее во всех состояниях сознания. Это фактор, благодаря которому ум осознает один и только один объект, не отвлекаясь на остальные. Однако при неблагих состояниях сознания однонаправленность не так сильна, поскольку ее активность постоянно подрывается загрязнениями. В Аттхасалини сказано:

Когда опрыскивают водой пыльное помещение, пыль оседает только на короткое время, пока вода не высохнет. Также и однонаправленность неустойчива там, где есть недобродетельное. Если же мы намочим это место, а затем очистим его и покроем твердым, блестящим покрытием, отражение можно будет видеть многие годы. Также и с однонаправленность в очищенном уме становится сильной.

Также как и остальные факторы дхьяны, однонаправленность всегда направлена на благой объект. Она служит противодействием неблагоприятному влиянию, а именно, чувственному

желанию. Остальные факторы способствуют однонаправленности. Поскольку однонаправленность в дхьяне направляет другие факторы на объединение, она называется “силой сосредоточения” (*samādhindriya*). Поскольку она активизирует стабилизирующую силу, которую отвлекающим влиянием трудно преодолеть, она также называется силой сосредоточения (*samādhibala*). Она приводит ум к состоянию умиротворения (*samata*), которое помогает вырастить другие духовные способности и действует как основание для освобождающего проникновения (*vipassanā*). Однонаправленность используется в палийском тексте как синоним сосредоточения (*samādhi*).

Обзор первой дхьяны

На уровне первой дхьяны присутствуют не только пять ее факторов, но и множество других умственных явлений. Например, то, что сопутствует всем ментальным состояниям и пр. Однако первая дхьяна, как таковая, представляет собой собрание этих пяти факторов. Для того чтобы дхьяна возникла все эти факторы должны присутствовать одновременно, выполняя свои дхьянические функции противодействия препятствиям и погружения ума в объект.

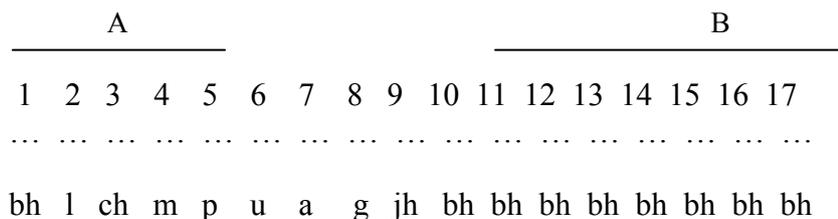
В соответствии с Абхидхармой сознания (*citta*) не происходят изолированно, но как части определенных серий. Эти серии бывают двух видов. Одна – пассивный поток сознания, который функционирует как находящаяся в основе “часть становления” жизненный поток (*bhavaṅga*). И второй вид – это процесс активного сознания, благодаря которому происходит ясное восприятие, возникают мысли и намерения, а также осуществляются действия.

Жизненный поток состоит из последовательности сознаний начиная с безначальных времен. С каждой новой жизнью этот поток всплывает в виде зародыша при зачатии. Он продолжает функционировать и в новой жизни, но его трудно заметить. Он наиболее заметен во время глубокого сна.

Когда чувственный объект или идея сталкиваются с умом, пассивное течение жизненного потока прерывается. Ум входит в фазу активного сознания, после чего он снова возвращается к пассивному состоянию. Процесс достижения дхьяны происходит в активной фазе сознания. Когда ум освобождается от препятствий и полностью готов к достижению погружения, ум, который был погружен в жизненный поток, стимулируется к выходу из него в силу предшествующего намерения. Этот выход состоит из трех моментов. Первый – это просто прошлый момент жизненного потока (*atītabhavaṅga*); второй – это вибрация потока (*bhavaṅga calana*) под воздействием решительного намерения; и третий – это отсечение или остановка пассивного потока сознания (*bhavaṅga upaccheda*), когда активное сознание готово к истечению. Сразу после момента этой остановки ум, хорошо знакомый с противоположным (аналогичным) знаком (counterpart sign, т. е. полное подавление препятствий и достижение приближения к сосредоточению) медитативного объекта, возрастает в своей активной форме, обращаясь к объекту через умственную дверь (*manodvāra*) как к объекту внутреннего восприятия.

Вслед за обращением имеет место наиболее важная часть когнитивного процесса – последовательность высоко активных моментов сознания, которая называется *javana*. Мы переводим джавана как “импульс (толчок)”. Когда препятствия подавлены, четыре или пять импульсов, которые возникают в дхьяническом процессе, следуя обращению, связаны с необычайно интенсивным прикладывающим мышлением (*vitakka*), поддерживающим мышлением (*vicāra*), восторгом (*pīti*), счастьем (*sukha*) и однонаправленностью (*ekaggatā*). Первый импульс в этих сериях называется “подготовительная работа” (*parikamma*), поскольку он подготавливает ум для первой дхьяны. В случае со способным медитатором, момент подготовительной работы проскакивается и серии начинаются со следующего момента. Второй импульс называется приближение (*upacāra*), поскольку он доставляет ум

непосредственно к дхьяне. Третий называется “согласование” (*anuloma*), он далее подготавливает ум к дхьяне. Четвертый называется “изменение принадлежности” (*gotrabhū*) – это действие благодаря которому поток сознания переходит от сферы чувственного (*kāṃāvacara*) к дхьяническому плану. Эти четыре момента получают общее наименование “приближающегося сосредоточения” (*upacārasamādhi*), хотя, строго говоря, только один из этих моментов можно назвать приближающим. Сразу после этой последовательности возникает сознание дхьяны. Во время первоначального достижения это длится лишь один большой момент мысли. Далее дхьяническая мысль исчезает и ум возвращается к своему пассивному состоянию жизненного потока, поскольку первое сознание дхьяны закрыто для пассивного потока. Этот процесс можно представить более наглядно посредством следующей диаграммы:



Здесь линия А представляет четыре больших мыслительных момента, предшествующих процессу дхьяны. Это составляет прошлый жизненный поток (bh), его вибрацию (l), его отсечение (ch) и умственное обращение к аналогичному знаку через умственные двери (m). Линия В представляет переход ума обратно к пассивному жизненному потоку после того как достижение дхьяны заканчивается. (p) - представляет момент подготовительной работы (*parikamma*), (u) – это момент приближения, (a) - момент согласования и (g) – момент изменения принадлежности. Далее (gh) представляет первую дхьяну. После этого ум снова возвращается жизненный поток, который представлен (bh) семь раз. Группа из трех точек в каждом сознании представляют возникновение (*uppāda*), длительность (*thiti*) и растворение (*bhaṅga*) каждого мыслительного момента.

Из этой диаграммы очевидно, что в случае первоначального достижения дхьяны она длится в течение одного мыслительного момента. Пока медитатор не достигнет мастерства в достижении этого через объяснение пяти путей тренировки, он не сможет ее поддерживать. Но когда он достигает в этом мастерства, продолжительность мыслительных моментов дхьяны будет продолжаться столько, сколько будет определено до вхождения. Поэтому, если бы мы отобразили эту ситуацию на диаграмме, мы бы обнаружили повторение jh а не bh.

Совершенство первой дхьяны

Продвинутые формы сосредоточения подразделяются на две главные стадии приближающегося сосредоточения (*upacārasamādhi*) и погружение сосредоточения (*appanāsamādhi*). Приближение к сосредоточению, когда препятствия подавляются, а ум сосредотачивается на аналогичном знаке. Погруженное сосредоточение развивается позже, когда факторы дхьяны проявляются в полную силу. Разница между приближением и погружением лежит в разной силе факторов дхьяны. В приближении факторы все еще слабые, так что сосредоточение прерывисто. Это похоже на неустойчивое передвижение ребенка, то упадет, то встанет. И напротив – погружение в дхьяну очень устойчиво.

То, что способствует дхьяне: 1) чистое место для медитации и чистое тел; 2) балансирующие духовные способности (*indriyasamattaṭṭapaṭipādana*) – вера в сочетании с мудростью, энергия в сочетании с сосредоточением и внимательность. 3) искусность в формировании и развитии знака сосредоточения. 4) энергичность (*paggaha*) при необходимости; 5) сдержанность (*niggaha*) при необходимости; воодушевление (*samaphaṇsa*)

при необходимости; 6) равновесие (*ajjhūpekkhanā*). 7) избавление от беспокоящих людей, 8) держаться тех, кто умудрен и опытен в сосредоточении и 9) решительность в достижении сосредоточения. Для усовершенствования дхьяны необходимо также научиться расширять знак (*nimittavaḍḍana*), то есть увеличивать объект медитации до огромных размеров. Кроме того необходимо уметь возвращаться к дхьяне при любых обстоятельствах, быстро в нее входить и выходить, оставаться в ней столько, сколько потребуется, и способность к ретроспективному просмотру дхьяны и ее факторов (*paccavekkhanañāṇa*).

Глава V

Высшие дхьяны

Вторая дхьяна

Формула достижения второй дхьяны такова: Ослабляя прикладывающее мышление и поддерживающее мышление (*vitakkavicārānaṃ vūpasamā*) входят и покоятся во второй дхьяне, которая обладает внутренним доверием и унификацией ума; здесь отсутствует витарка и вичара (*avitakkaṃ avicārāṃ*), но много восторга и счастья, возникающих из сосредоточения.

Прежде чем перейти ко второй дхьяне, необходимо достичь совершенства в первой, а затем начать исследовать ее недостатки. И таких недостатков два: первое – это угроза близости препятствий (беспокоящих факторов) и второе – остальные факторы дхьяны, т. е. восторг, счастье и однонаправленность, ослабляются из-за грубости витарки и вичары. Первое можно назвать недостатком близкого разложения, а второе присущим недостатком.

Мыслительный процесс благодаря которому достигается вторая дхьяна, похож на то, что было в первой. Вначале возникают три момента жизненного потока – прошлый момент, вибрация и отсечение. Все это предшествует умственным дверям обращающего сознания, четырем подготовительным моментам – подготовительная работа, приближающее согласование, а также изменение принадлежности – и моменту второй дхьяны. И снова в случае со способным медитатором, момент подготовительной работы пропускается. Однако есть важное отличие между первой и второй дхьяной, которое касается отношения моментов приближения к дхьяне. В случае с первой дхьяной моменты приближения имеют ту же факториальную конституцию, что и моменты самой дхьяны. Разница только в их интенсивности. Но, в случае со второй дхьяной, моменты приближения и моменты дхьяны отличаются по конституции. Тогда как момент второй дхьяны свободен от витарки и вичары, последнее все еще присутствует во всех четырех подготовительных моментах. И только в момент полного погружения они полностью элиминируются. То же самое истинно для более высоких дхьян.

Поскольку вторая дхьяна свободна от витарки и вичары, она называется “благородным безмолвием” (*ariyo tunhibhāvo*), поскольку наличие этих факторов приводит к вербальной активности (*vacisaṅkhāra*). И когда эти источники вербальной активности прекращаются, внутренняя ментальная вербализация также стихает, заменяясь глубоким внутренним молчанием ума.

Внутреннее доверие (ajjhataṃ sampasādanam)

Вместе с ослаблением витарки и вичары медитатор обретает внутреннее доверие (вера, убежденность). В результате такого доверия по отношению к своему опыту и к Учению он достигает умиротворения (*tranquility*). На первой дхьяне доверие не было столь проявлено по причине грубой активности витарки и вичары.

Унификация (объединение) ума (cetaso ekodibhāvaṃ)

Унификация часто приравнивается к однонаправленности и сосредоточению. Она возникает во второй дхьяне по той же причине что и доверие.

Сосредоточение (samādhi)

Дхьяна, или восторг и счастье этой дхьяны, достигается через сосредоточение (*samādhijaṃ pīisukhaṃ*). Сосредоточение, которое порождает дхьяну может быть понято двумя способами: либо как ранние стадии сосредоточения ведущие ко второй дхьяне, либо как умственные факторы сосредоточения, непосредственно связанные с самой второй дхьяной. Для того чтобы достичь второй дхьяны медитирующий должен пройти через три более ранних уровня сосредоточения: подготовительное сосредоточение первоначального усилия, приближающееся сосредоточение и погруженное сосредоточение первой дхьяны. Все эти три стадии могут рассматриваться как сосредоточение, порождающее вторую дхьяну. Кроме того, сосредоточение, порождающее дхьяну, может отождествляться с однонаправленностью, которая имеется в самой второй дхьяне. Как и в случае с унификацией ума, сосредоточение выделяется здесь в силу его надежного установления после прекращения витарки и вичары. В Вишудхимагге сказано, что только такое сосредоточение может быть названо действительным сосредоточением в силу его уверенности и неподвижности.

Восторг и счастье (pīisukhaṃ)

Пред-дхьяническое предпосылки для возникновения восторга и счастья на первой дхьяне – это изоляция, что означает подавление пяти препятствий в приближающемся сосредоточении. Подготовительными условиями для возникновения восторга и счастья во второй дхьяне – это сосредоточение первой дхьяны. Также допускается, что это может быть сопутствующее сосредоточение второй дхьяны. Будда говорит, что восторг и счастье, возникающие из сосредоточения, заполняют все тело медитирующего также как прохладный поток заполняет озеро водой.

Третья дхьяна

Для достижения третьей дхьяны медитирующий должен тот же метод, который он использовал для восхождения от первой ко второй. После того как достигается вторая дхьяна, в нее входят, а затем возвращаются и начинают рассматривать ее недостатки. И таковых два: дефект непосредственного разложения и присущий дефект. Первое – это близость витарки и вичары, которые могут легко свести вторую дхьяну до первой. Присущий дефект – это наличие восторга (*pīiti*), сравнительно грубого фактора, ослабляющего другие оставшиеся факторы дхьяны. Как утверждал Будда: Что бы ни соотносилось с восторгом, умственным возбуждением, - проявляется как грубое.

Здесь усиливают свое внимание к счастью (*sukha*) и однонаправленности (*ekaggatā*), рассматривая их как более умиротворенные и возвышенные. При достижении третьей дхьяны проходят через те же стадии ментального процесса, но витарка, вичара и пити присутствуют только в моментах приближения и растворяются в момент полного погружения. Стандартная формула для третьей дхьяны следующая:

“Устраняя восторг, покоятся в равновесии, внимательности и различении, и в собственном теле переживают счастье (*sukhaṃ ca kāyena paṭisaṇvedeti*), о котором благородные говорят: “счастливо живет тот, кто невозмутим и внимателен” – таким образом вступают и покоятся в третьей дхьяне.”

В этой формуле указывается, что третья дхьяна кроме дхьянических факторов (счастье и однонаправленность) содержит три дополнительных сопутствующих элемента, не включенные в разряд факторов дхьяны. Это три равновесия (*upekkhā*), внимательность (*sati*) и ясное постижение или различение (*sampajaññā*).

Равновесие (невозмутимость) (upekkhā)

Палийское слово упекха (скт. *upekṣā*) состоит из префикса *upa* и корня *ikh* (скт. *iks*), что означает “видеть”. В комментариях объясняется:

Он покоится в равновесии (*upekkhako viharati*) и смотрит на то как вещи возникают (*uparattito ikkhati*) – такова невозмутимость. Он видит ясно и беспристрастно (*aparakkhapāṭita*) – таков смысл. Считается, что обладающий третьей дхьяной покоится в равностности, поскольку он обладает ясной невозмутимостью, насыщенной и крепкой.

В Вишудхамагге можно обнаружить десять частично перекрывающихся друг друга видов равновесия: 1) Шестичленное равновесие – это беспристрастность по отношению к объектам органов чувств: приятным и неприятным (неотвлечение от естественного состояния чистоты). 2) Равновесие как чудесное пребывание – это медитативное состояние в котором превосходится одобрение или неодобрение по отношению к чувствующим существам, беспристрастное отношение без предпочтений и выделений. 3) Равновесие как просветленный фактор – это один из семи факторов просветления, практикуемый на пути освобождения (остальные шесть – это внимательность, исследование, энергия, восторг, равновесие и сосредоточение) (сбалансированность связанных ментальных состояний). 4) Равновесие энергии – это сбалансированное использование энергии посредством устранения перенапряжения и вялости. 5) Равновесие относительно формаций – это мудрость, которая непредубежденно наблюдает за явлениями, которые попадают в поле ее зрения. 6) Равновесие как ощущение – это ощущение, которое ни болезненно, ни приятно (*adukkhamasukhā vedanā*). 7) Равновесие погружения – это невозмутимость по отношению к дальнейшим исследуемым характеристикам явления, после того как эти характеристики были увидены с помощью проникновенного знания. 8) Особая нейтральность (*tatramajjhataṭṭā*) – это умственный фактор, ответственный за установление баланса между факторами в чудесном (*sobhana*) состоянии сознания. 9) Равновесие, присущее дхьяне (сбалансированность великого счастья третьей дхьяны). 10) Равновесие очищения – это равновесие четвертой дхьяны, очищенное ото всех препятствий (очищение всех ментальных факторов).

На третьей дхьяне равновесие становится более отчетливым, поскольку устраняется восторг.

Внимательность и различение

Эти два ментальные состояния вместе функционируют в сферах умиротворения и прозрения. Внимательность означает помнить объект в ходе медитации, постоянное удерживание объекта в уме. Поскольку внимательность это очень ясное и устойчивое состояние, считается, что оно имеет характеристику отсутствия распыливчивости (*apilāpanatā*). Различение по природе таково же как и мудрость (*pañña*), которое обладает характеристиками освещения и понимания. В Аттхасалини говорится, что различение имеет характеристику отсутствия заблуждения и функцию исследования. Эти функции становятся очевидными, когда ум достигает тонкости третьей дхьяны. Они в частности необходимы для предотвращения возвращения к восторгу. То есть при отсутствии внимательности и различения счастье имеет тенденцию скатываться к восторгу.

Счастье

Это умственное счастье (*cetasika sukha*) или радость (*somanassa*), как на первых двух дхьянах, хотя оно и пронизывает физическое тело. Поскольку ум медитирующего пропитывается счастьем, он производит некоторые виды тонких материальных явлений, которые приводят к телесному удовольствию даже после того как медитирующий выходит из дхьяны.

Однонаправленность

Это второй фактор дхьяны.

Четвертая дхьяна

Достигнув пятичленного мастерства в третьей дхьяне, медитатор входит в нее, затем возвращается и пересматривает ее составляющие факторы. Дефект близкого разложения – это опасность возвращения восторга в силу его связи со счастьем. И присущий дефект – это само счастье, ослабляющее достижение высшей дхьяны. Вначале жизненный поток (*bhavaṅga*) вибрирует и отсекается, после чего возникает обращение умственных дверей вместе с аналогичным знаком в качестве объекта. Это предшествует четырем или пяти импульсам (*javana*) на тот же объект и последним является импульс четвертой дхьяны. Третий и четвертый импульсы подготовительной стадии сохраняют витарку и вичару, но, поскольку, для того чтобы следовать дхьяне необходимо иметь ни болезненные, ни приятные ощущения, подготовительные импульсы также предполагают те же ощущения. Таким образом, они лишены как восторга, так и счастья. Стандартное описание четвертой дхьяны выглядит так:

Вместе с отбрасыванием удовольствия и боли, и вместе с предшествующим устранением радости и печали, он вступает и покоится в четвертой дхьяне, которая не есть ни боль, ни удовольствие и обладает чистотой внимательности в силу равновесия.

Первая часть определения состоит из четырех подготовительных условий, необходимых для достижения четырех дхьян: 1) отбрасывание удовольствия; 2) отбрасывание боли; 3) растворение радости и 4) растворение печали.

Удовольствие (счастье) (*sukha*)

В данном случае имеется в виду телесное удовольствие или счастье (*kāyikasukha*) (в отличие от ментального счастья (*cetasika sukha*), присущего первым трем дхьянам). И в Вибханге она объясняется следующим образом: “Телесное удовольствие, возникающее из телесного контакта; приятное и счастливое ощущение, возникающее из телесного контакта – таково счастье (удовольствие) (= *somanassa*).”

Боль (страдание) (*dukkha*)

Это телесное страдание и боль исходящее из телесного контакта; неприятное и болезненное ощущение, возникающее из телесного контакта - таково боль.

Радость (*somanassa*)

Это умственное удовольствие и счастье, возникающее из умственного контакта; приятное и счастливое ощущение, возникающее из умственного контакта – таково радость.

Печаль (domanassa)

Это умственное неприятие и страдание, возникающее из умственного контакта; неприятное и болезненное ощущение, возникающее из умственного контакта – такова печаль.

Будда говорит, что чувство боли (*dukkhindriya*) прекращается, когда достигается первая дхьяна. Ощущение печали (*domanassindriya*) – когда достигается первая дхьяна. Ощущение счастья (*sukkhaindriya*) – когда достигается третья дхьяна и ощущение радости (*somanassindriya*) – когда достигается четвертая дхьяна.

Новые элементы дхьяны

Четвертая формула дхьяны приводит некоторые новые термины и фразы, которые не использовались в формулах для предшествующих дхьян. Прежде всего – это приводит новое ощущение. Это ощущение ни-страдания-ни-удовольствия (*adukkhamasukha*), которое остается после других четырех видов ощущения, было устранено.

Ощущение ни-страдания-ни-удовольствия также называется ощущением невозмутимости (*upekkhāvedanā*), замещает счастье как сопутствующее ощущение дхьяны. Это также изображается как актуальный фактор дхьяны. Таким образом данная дхьяна имеет два фактора: ощущение ни-страдания-ни-удовольствия и однонаправленность ума. Прежде восхождение от одной дхьяны к другой было отмечено последовательным устранением грубых факторов дхьяны без какого бы то ни было замещения. Однако в движении от третьей к четвертой дхьяне имеет место замещение. Когда однонаправленность остается постоянной, ощущение невозмутимости замещается счастьем, которое было отброшено.

На четвертой дхьяне внимательность очищается при помощи равновесия (*upekkhāsatipārisuddhi*) и является умственной нейтральностью (*majjhataṭṭā cittassa*) или особой нейтральностью (*tatramajjhataṭṭā*). Таким образом дхьяна обладает двумя видами равновесия: 1) ощущение невозмутимости, аффективный настрой не относящийся ни с удовольствием, ни со страданием и 2) особая нейтральность, умственный настрой высшей беспристрастности, свободной от привязанности и отвращения. Хотя это два разных фактора, один относится к ведана-скандхе, а другой к самскара-скандхе, их параллельность не случайна, поскольку когда особая нейтральность становится все более и более очищенной, она естественно приближается к ощущению невозмутимости, ее гедонистической агалогом.

И здесь именно особая нейтральность очищает внимательность. И хотя то и другое имелось в предшествующих дхьянах, здесь они становятся очищенными и свободными от мешающих факторов. Это похоже на то как луна, не смотря на то, что она существует также и днем, ее нельзя увидеть из-за того, что она засвечивается солнцем.

Глава VI

За пределами четырех дхьян

Четыре нематериальные дхьяны (arūpajjhānāni)

При переходе от четвертой материальной к первой нематериальной дхьянам не происходит никакого изменения в составляющих их факторах (*cetasika*), хотя они становятся более тонкими.

Первая бесформенная дхьяна: Основа безмерного пространства

Йогин стремится к нематериальным состояниям в силу опасностей, которые следуют из материального мира. Стремясь избавиться от материального мира практикующий должен

вначале достичь четвертой дхьяны тонкоматериальной сферы. Затем он входит в четвертую дхьяну, принимая в качестве своего объекта любую из касин, за исключением касины ограниченного пространства. Достигая четвертой тонкоматериальной дхьяны медитирующий поднимается над грубой материей, но все еще не превосходит все материальные формы, которые включают самосветящийся аналогичный знак, объект своей дхьяны. Для того, чтобы достичь бесформенного достижения он должен захотеть преодолеть также и материальность касины. Такое желание может быть вызвано исследованием материальности касины как аналога грубой материи, в той же мере разделяющей ее недостатки.

Когда практикующий зарождает сильное желание достичь нематериальных дхьян, он должен достигнуть пятичастного мастерства в четвертой дхьяны. Затем, возвращаясь из дхьяны, видит ее недостатки и достоинства. Здесь медитирующий уже видит основу бесконечного пространства как более умиротворенное и возвышенное чем четвертая дхьяна, а также более удаленное от материальности.

При этом медитирующий не пытается избавиться ни от факторов четвертой тонкоматериальной и четырех нематериальных дхьян, имеющих одинаковую факториальную конституцию, однонаправленность и нейтральное ощущение. Метод для достижения этой первой бесформенной дхьяны заключается в расширении этой касины до предела мировой сферы, или в соответствии с желанием, а затем устранить эту касину через направленность исключительно на пространство, больше не возвращаясь к этой касине.

Оригинальная касина, которая представляла подготовительный знак (*parikammanimitta*) для сосредоточения, то есть похожий на диск объект, в случае с касиной земли – диск, наполненный красно-коричневой глиной. Когда практикуя подготовительное сосредоточение медитирующий сохраняет сосредоточение на своего ума на этом диске пока не появляется изучаемый знак (*uggahanimitta*), умственный образ, воспринимаемый также ясно как и физический объект. Сосредоточение на изучаемом знаке порождает аналогичный знак, концептуализируемый образ, используемый в качестве объекта для сосредоточения приближения и тонкоматериальных дхьян. После вхождения в каждую из дхьян, медитирующий научается постепенно расширять знак вовне, представляя как касина покрывает все большую площадь. Теперь, чтобы достичь основу безмерного пространства, медитирующий должен удалить касину посредством направленности исключительно на пространство, не возвращаясь больше к касине.

Принимая в качестве своего объекта пространство, оставшееся после устранения касины, йогин обращается к нему как к “безмерному пространству, безмерному пространству” или просто как к “пространству, пространству”, обращаясь к нему используя витарку и вичару. Он развивает эту практику снова и снова, пока эта идея не достигает зрелости. Когда это развитие полностью созревает, сознание, относящееся к основе безмерного пространства возникает вместе с безмерным пространством в качестве его объекта. Это первое благое сознание нематериальной сферы, которое проявляется в когнитивных сериях на том же месте что и первая дхьяна, возникающая в собственном мыслительном процессе. В предыдущие моменты этих серий три или четыре момента сосредоточения приближения всегда связаны с равновесным ощущением и относятся к чувственной сфере. Четвертый или пятый момент, момент погружения, относится к нематериальной сфере.

Стандартная формула безмерного пространства, как это представлено в сутрах, такова:

Вместе с полным преодолением восприятия материи, вместе с растворением восприятий сопротивления, вместе с необращением внимания на восприятие разнообразного, осознанием “неограниченного пространства”, он вступает и покоится в основе, состоящей из неограниченного пространства.

“Полное преодоление восприятия материи” – это восприятия тонкоматериальных дхьян и их объектов, касин. В данном случае необходимо отбросить не только восприятия

материальных форм, относящихся к четырем дхьянам, но и объект этих восприятий – тонкоматериальную форму аналогичного знака.

“Растворение восприятий сопротивления (*paṭigha*)” – это растворение пяти чувственных восприятий, кроме ментального.

“Необращение внимания на восприятие разнообразного” – это означает не обращать внимание на восприятие различных объектов, поскольку это мешает достижению.

“Неограниченное пространство” – это пространство, оставшееся после удаления кашины, после того как она была неограниченно расширена. После достижения этого практикующий пребывает в дхьяне, которая имеет основу неограниченного пространства и в качестве своего объекта.

Вторая бесформенная дхьяна: основа неограниченного сознания

Для того чтобы достичь нематериальной дхьяны практикующий должен достичь мастерства ад основой, состоящей из неограниченного пространства. Затем он должен разглядеть недостаток этого. Недостаток этот заключается в близости к тонкоматериальным дхьянам и поскольку эта дхьяна не так умиротворена как неограниченное пространство.

Во второй дхьяне практикующий обращается к сознанию бесконечного пространства, которое также безгранично. Когнитивная серия рассматривается аналогично предыдущей. Формула этой дхьяны следующая:

Полностью преодолев основу, состоящую из безграничного пространства, осознавая “безграничное сознание”, он входит и покоится в основу, состоящую из безграничного пространства.

Здесь преодолеваются как прошлая дхьяна, так и ее объект. И объектом этой дхьяны является сознание, которое пронизывает неограниченное пространство предыдущей дхьяны.

Третья бесформенная дхьяна: Основа ничто

Для того чтобы сосредоточиться на основе ничто медитирующий должен обратить внимание на имеющееся несуществование (*abhāva*), пустотность (*suññata*) и изолированный аспект (*vivittākāra*) того же сознания, относящегося к основе, состоящей из безграничного пространства, которое становится объектом сознания, относящегося к основе, состоящей из безграничного сознания.

Стандартная формула третьей бесформенной дхьяны такова:

Благодаря полному преодолению основы, состоящей из безграничного сознания, осознавая, что “нет ничего”, он вступает и покоится в основу, состоящую из ничто.

“Нет ничего” означает, что он делает то же самое сознание несуществующим, отсутствующим, исчезающим, видит, что нет ничего. Несуществование того же сознания (то есть сознание относящееся к основе бесконечного пространства) означает обращенность только к его несуществованию или отсутствию.

Четвертая бесформенная дхьяна: основа ни восприятия, ни невосприятия

Основа ни восприятия, ни невосприятия имеет своим объектом четыре умственных агрегата, которые составляют достижение основы ничто – то есть агрегатов ощущения, восприятия, ментальных формаций и сознания. В качестве своего объекта четвертая дхьяна принимает сознание и связанные с ним состояния, относящиеся к третьей дхьяне. Сосредотачиваясь на четырех ментальных агрегатах основы ничто, медитирующий обращается к основе как к “мирному, мирному”, направляясь на нее посредством витарки и вичары. “Полностью преодолев основу, состоящую из ничто, он вступает и покоится в основе, состоящей из ни восприятия, ни невосприятия”.

Хотя медитирующий обращается к третьей дхьяне как к мирной, он не желает ее достижения, поскольку он сосредоточен на основе ни восприятия, ни невосприятия как на более мирной и возвышенной. Эта дхьяна лишена грубого восприятия, но имеет все же тонкий его вид, который не может осуществлять очевидной функции восприятия. И поскольку все виды восприятия и ментальных факторов сводятся к их тончайшим составляющим, эта дхьяна также называется “достижением с остаточными формациями” (*saṅkhārāvasesa samāpatti*).