



УДК 294.3

## Пять путей махаяны и тибетская традиция Ламрим

А. В. Лощенков

*Институт монголоведения, буддологии и тибетологии СО РАН, г. Улан-Удэ*

**Аннотация.** Рассмотрены Пять Путей махаяны, являющиеся системой стадийной духовной практики личности, следующей по пути бодхисаттвы – личности, устремленной к полному раскрытию собственного потенциала ради блага всех живых существ. Осуществлен анализ теоретических аспектов постепенного пути махаяны, освещены практики, составляющие базис Пяти Путей махаяны. Рассмотрены три основы махаянского Пути: отречение, бодхичитта и мудрость, постигающая пустоту. В качестве источника происхождения учений о поэтапном пути (Ламрим) был рассмотрен текст «Абхисамаяланкара». Хотя непосредственным источником текстов поэтапного пути послужил труд Атиши «Светильник» (по всем ссылкам он идет как «Светоч на пути к пробуждению»), составленный для тибетцев по прибытии Атиши в Тибет, истоки тибетской традиции постепенного пути восходят к Будде Шакьямуни.

**Ключевые слова:** махаяна, Ламрим, поэтапный путь, «Абхисамаяланкара», медитация, Гелук, буддизм, сутраяна.

В настоящей статье будут описаны на основе индийских первоисточников Пять Путей махаяны и установлен характер их связи с учением о поэтапном пути просветления, именуемым по-тибетски Ламрим (Lamrim).

Вообще говоря, понятие «путь» является центральным для буддизма и объясняется по-разному в различных буддийских текстах. С точки зрения махаянского определения понятия «путь» среди текстов, имеющих отношение к изложению концепции пути, важнейшее значение имел текст «Абхисамаяланкара» (тибет. *mngon rtogs rgyan*) Майтреи, в котором комментируется учение сутр *Праджняпарамиты*<sup>1</sup>. Для тибетской традиции именно этот индийский текст стал базовым при изучении *пути*: он показывает последовательность пути как ряд духовных постижений и Путей.

Согласно «Абхисамаяланкаре», Пять путей махаяны – это Путь накопления (тибет. *tshogs lam*), Путь подготовки (тибет. *sbyor lam*), Путь видения (тибет. *mtshong lam*), Путь медитации (тибет. *sgom lam*), Путь-более-не-учения (тибет. *mi slob lam*). Концепция Пяти Путей, как она была изложена в труде «Абхисамаяланкара», а также учение *Праджняпарамиты*, комментарием к которому является «Абхисамаяланкара», оказались в сфере научного интереса спе-

<sup>1</sup> Сутры *Праджняпарамиты* – это сутры, записанные на основе проповедей Будды о пустоте, прозвучавших во время Второго Поворота Колеса Учения на Коршуньей горе в Раджгире.

циалистов с начала XX в.<sup>1</sup> Тем не менее до сих пор в академической науке отсутствует ясное понимание того, как конкретно связаны между собой «глубинное» учение Праджняпарамиты и «обширное» учение о Пяти Путиях махаяны.

В тибетских текстах и устной традиции<sup>2</sup> объясняется, что в учении и практике Ламрим есть две линии преемственности, и обе они исходят от Будды Шакьямуни. Как объясняется в комментариях Его Святейшества Далай-ламы XIV и Геше Джампа Тинлея к «Сутре сердца Праджняпарамиты» явное учение сутр Праджняпарамиты – это учение о пустоте, неявно в них содержится также учение об этапах пути реализаций [2 с. 49; 7 с. 84–85]. Первое из этих учений распространялось в Индии по «линии Манджушри», а второе – по «линии Майтреи». Индийский мастер Атиша (982–1054) объединил в единое целое обе линии, которые передавались до него в раздельной форме. Прибыв по приглашению тибетского дхармараджи Чангчуба Ве в Тибет, Атиша написал работу под названием «Светильник на пути к просветлению» (санскр. *Vodhipathapradipa*; тибет. *byang chub lam sgron*), которая стала непосредственным источником для всех текстов Ламрим, появившихся позже в Тибете в качестве комментариев учения о постепенном пути просветления. Но было бы ошибкой считать Атишу основоположником традиции постепенного пути. Коренным текстом, от которого ведет свое происхождение Ламрим тибетской традиции, структурированный в форме последовательной практики для трех видов личности, считается текст «Абхисамаяланкара» [3, с. 29].

Среди разнообразных «ламримов» разных школ тибетского буддизма наиболее знаменито классическое произведение основоположника школы Гелуг Чже Цонкапы «Большой Ламрим» (тибет. *lam rim chen mo*), написанное в 1402 г. Чже Цонкапа указывает в качестве источника своего труда сочинение «Абхисамаяланкара» [11, с. 7]. Тем самым он указал на идентичность учения Ламрим и учения о Пяти Путиях махаяны. В другом своем сочинении, «Три основных аспекта Пути» (тибет. *lam-gyi gtso-bo rnam gsum-gyi rtsa-ba bzhugs-so*), он указал, что сущность целостного пути – это культивирование Трех Основ Пути: отречения (тибет. *nges 'byung*), бодхичитты (тибет. *sems skyed*) и правильного воззрения (тибет. *yang dag pa'I lta ba*) [8, с. 20]. Существенным моментом в понимании постепенного пути – Ламрима является то, что Основы должны создаваться – реализовываться в потоке сознания практикующего по-

<sup>1</sup> В 1954 г. вышел в свет полный перевод труда «Восьмитысячная Праджняпарамита», выполненный Э. Конзе с санскрита на английский язык [13]. В 1932 г. появилась работа Е. Обермиллера «Учение о праджняпарамите в изложении «Абхисамая-аламкар» Майтреи» на английском языке, которая была переведена и издана на русском только в 2009 г. [6]. В 2010 г. появилось фундаментальное исследование учения «Абхисамаяланкары» в работе Р. Н. Крапивиной «Украшение из Постижений» (1–3-и главы) [5]. Книга содержит курс лекций по первым трем главам, переданных современным тибетским ученым Геше Чжамьян Кенцзэ. В 2012 г. Р. Н. Крапивиной изданы комментарии к четвертой главе этого же труда [4], а в 2014 г. – к 5–7-м главам [3].

<sup>2</sup> Главными устными источниками для статьи послужили учения Его Святейшества Далай-ламы XIV и досточтимого Геше Джампа Тинлея – тибетского ламы, более двадцати лет преподающего буддийскую философию в России.

этапно, посредством трех базовых практик – слушания (тибет. *thos pa*), размышления (тибет. *bsam pa*) и медитации (тибет. *sgom pa*)<sup>1</sup>. Первой из Трех Основ является Отречение (тибет. *nges-'byung*) – отвращение к сансаре<sup>2</sup> и стремление к нирване – существованию за пределами страданий. Отречение способствует устранению привязанности, которая задерживает нас в сансаре. Это неприятие сансары, рождающееся из понимания ущербности ее природы – существования под контролем ментальной скверны, являющегося по природе всепроникающим страданием, и того, что в сансаре невозможно достигнуть подлинного счастья. Хотя отречение в стадийном процессе духовного развития личности должно порождаться в первую очередь и поэтому, как объясняет в своем «Большом Ламриме» Чже Цонкапа, практика отречения предназначена для этапа «малой» и «средней» личности, тогда как практики порождения бодхичитты и развития высшей мудрости предназначены для «высшей» личности [12, р. 38], тем не менее в тибетской традиции Чже Цонкапы эти практики выполняются именно как *аспекты* махаянского пути. Иначе говоря, махаянский практик проходит «путь, общий с малой и средней личностью» [11, с. 21].

В третьей главе труда «Абхисамаяланкара» объясняется, что необходимо «знание основ» (тибет. *gzhi shes*), благодаря которому развивается Отречение и в дальнейшем достигаются путь бодхисаттвы и «всеведение». Что это за «знание основ»? Речь идет о необходимости постижения шестнадцати атрибутов четырех благородных истин [9, с. 83–114]. В частности, Первая истина – это истина страдания. Она раскрывается посредством четырех атрибутов: непостоянство, страдательная природа, пустотность, бессамость. Хотя эти темы в «Абхисамаяланкаре» и в текстах тибетской традиции Ламрим структурированы по-разному, в практическом осуществлении они соответствуют подготовительному этапу для практик высшей личности.

Для того чтобы вступить на первый путь махаяны – Путь Накопления, одного отречения от сансары (через постижение Истины страдания и Истины источника) недостаточно. Помимо этого должна быть еще такая Основа Пути, как бодхичитта, – спонтанная, порожденная великим состраданием устремленность к просветлению ради счастья всех живых существ. Бодхичитта – это главный метод Пути махаяны. Но без Отречения нет возможности взрастить бодхичитту [8, с. 43]. Метод, наряду с мудростью, постигающей пустоту, – «это два крыла птицы нашего ума, которая собирается пересечь океан сансары», – объясняется в устной тибетской традиции, представленной Геше Тинлеем.

На Пути Накопления махаянский практик стремится к накоплению добродетелей, а также необходимых условий и качеств, позволяющих приблизить непосредственное постижение реальности. После порождения отречения и бодхичитты, далее посредством шаматхи<sup>3</sup> выполняется аналитическая медита-

<sup>1</sup> Тибет. *sgom-pa* означает «привыкание», или «освоение».

<sup>2</sup> *Сансара* – это поток пяти загрязненных совокупностей под контролем омрачений.

<sup>3</sup> *Шаматха* – это устойчивое однонаправленное сосредоточение ума, которое сопровождается совершенной податливостью тела и ума [10, с. 117].

ция на пустоту, выявляющая в процессе анализа пустоту от самобытия<sup>1</sup> «Я» и феноменов. Благодаря такой медитации в уме рождается великая безмятежность и развивается особое проникновение в суть вещей, называемое випашьяной (тибет. *lhag-mthong*). Это особая восприимчивость ума, готовность к постижению тончайших деталей объекта, в данном случае к концептуальному постижению пустоты и Четырех Благородных Истин. Ум, который достиг випашьяны, называется союзом шаматхи и випашьяны (тибет. *zhi-lhag zung-'brel*). Когда махаянский практик концептуально постигает пустоту с помощью союза шаматхи и випашьяны, то тем самым осуществляется переход на Путь Подготовки. На Пути Подготовки различают четыре уровня. Первый называется «жар» (тибет. *drod*). В данном контексте «жар» – это знак того, что скоро обретется прямое познание пустоты. На этом уровне уже есть концептуальное постижение пустоты, но ему еще недостает ясности. Следующий уровень называется «вершина» (тибет. *rtse mo*): несмотря на то что еще нет прямого постижения, практик находится в процессе постоянной подготовки к нему, совершенствуя свое постижение абсолютной реальности. Третий уровень называется «терпение» (тибет. *bzod pa*): на данном этапе познание пустоты настолько высоко реализовано, что оно полностью избавляет практикующего от опасности рождения в низших мирах [1, с. 362–363, 441–442]. «Терпение» в этом контексте означает «нерушимость», «непоколебимость». Четвертый уровень Пути Подготовки – это «высшая дхарма» (тибет. *chos mchog*). То есть это высшая из всех мирских дхарм.

Достижение ума, непосредственно постигающего пустоту (т. е. Пути Видения), есть первый момент надмирского Пути, здесь практик становится арьей. До достижения Пути Видения все реализации называются «мирскими».

Если классифицировать Путь Медитации с точки зрения того, что следует отринуть, то он является девятиступенным путем привыкания к пустоте, начинающимся со второго бхуми<sup>2</sup>. Девятиступенный путь привыкания, или освоения, на котором бодхисаттва избавляется от омрачений, подразделяется на малый, средний и большой, и каждый из них в свою очередь тоже делится на три, и таким образом получается девятка. С философских позиций школы Мадхьямика Прасангики до седьмого бхуми нет возможности полностью очистить свой ум от омрачений. На седьмом бхуми полностью устраняются из сознания все клеши<sup>3</sup>, или омрачения, и тогда осуществляется переход на восьмой бхуми. Восьмой, девятый и десятый бхуми называются «триа чистыми бхуми». На

<sup>1</sup> С точки зрения философской школы Мадхьямики Прасангики самобытие – это любое существование со стороны объекта вне зависимости от простого наименования мыслью. Мадхьямика Прасангики отрицает самобытие и тем самым достигает самого глубокого понимания пустоты.

<sup>2</sup> Десять бхуми – это уровни развития практика, находящегося на Пути Медитации.

<sup>3</sup> Омрачения (санскр. клеши) – это состояния ума, которые, возникая в сознании, создают беспокойство. Насчитывают 6 коренных омрачений: страсть, гнев, неведение, гордыня, сомнение и ложные взгляды.

этих трех последних уровнях практикующий занимается исключительно очищением своего ума от препятствий к всеведению<sup>1</sup>.

На последних трех бхуми практикующий продолжает медитировать на пустоту, накапливает заслуги и очищает ум от факторов, препятствующих всеведению. Когда же на десятом бхуми он устранит самые тончайшие препятствия, то обретет конечный плод пути, называемый состоянием Будды. Следующий этап после десятого бхуми – это пятый Путь, или Путь-более-не-учения. Реализуя этот Путь, практик достигает состояния Будды.

Итак, выше были рассмотрены объясненные в «Абхисамааяланкаре» Пять Путьей махаяны в их соответствии с этапами Ламрима и Тремя Основами Пути. В результате можно сделать вывод, что тибетская традиция Ламрим по существу идентична классическому махаянскому учению о Пяти Путиях. Тексты Ламрим и устную тибетскую традицию можно использовать к качеству «ключа» к пониманию классических индийских текстов о Пути.

#### Список литературы

1. Васубандху. Абхидхармакоша. Раздел третий. Учение о мире / пер. с санскрита, введ., коммент. и ист.-филос. исслед. Е. П. Островской, В. И. Рудого. – СПб. : Андреев и сыновья, 1994. – 768 с.
2. Далай-лама XIV Тензин Гьяцо. Сутра Сердца: учение о праджняпарамите. – Элиста : Океан Мудрости, 2008. – 144 с.
3. Крапивина Р. Н. Украшение из Постижений (5–7 главы) / пер. с тибет., предисл., введ. и коммент. Р. Н. Крапивина. – СПб. : Нестор-История, 2014. – 396 с.
4. Крапивина Р. Н. Украшение из Постижений. Глава 4 / пер. с тибет., предисл., введ. и коммент. Р. Н. Крапивина. – СПб. : Нестор-История, 2012. – 736 с.
5. Крапивина Р. Н. Украшение из Постижений: изучение пути Махаяны в Гомандакане тибетского монастыря Дрэпун / пер. с тибет., предисл., введ. и коммент. Р. Н. Крапивина. – СПб. : Наука, 2010. – 738 с.
6. Обермиллер Е. Е. Учение о праджняпарамите в изложении «Абхисамаая-аламкары» Майтреи / пер. с англ. О. Л. Волошановский. – СПб. : Евразия, 2009. – 288 с.
7. Сутра Сердца Победоносной Матери, Ушедшей-За-Пределы Совершенства Мудрости: текст и коммент. на основе устных наставлений Геше Джампа Тинлэ / пер. с тибет. и сост. коммент. И. С. Урбанаева. – Улан-Удэ : Изд-во РИО Буддийской Общины «Зеленая тара», 2006. – 184 с.
8. Тинлей Д. Три основы пути / Геше Джампа Тинлей ; сост. и отв. ред. И. С. Урбанаева. – Улан-Удэ : РИО БО «Зеленая Тара», 2008. – 438 с.
9. Тинлей Д. Четыре благородные истины / Геше Джампа Тинлей ; коммент. «Ламрим Ченмо» Дже Цонкапы. – Улан-Удэ : Дже Цонкапа, 2012. – 532 с.
10. Тинлей Д. Шаматха и махамудра / Геше Джампа Тинлей ; под ред. С. Гинзбурга ; устный пер. с англ. М. Кожевникова, М. Малыгина, Б. Дондокова, А. Морозова. – Новосибирск : Дже Цонкапа, 2013. – 420 с.

<sup>1</sup> Все ментальные завесы (тибет. *sgrib pa*) делятся на два вида. Первый вид – это омрачения, приносящие страдания, или обычные для нас омрачения ума (клеши) – гнев, зависть, неведение, привязанность. Они мешают освободиться от сансары. Второй вид – это так называемые препятствия к всеведению, мешающие достичь всеведения, или, иными словами, полного состояния Будды. Это следы, или отпечатки, омрачений в сознании. Они мешают постичь все феномены.

11. *Чже Цонкапа*. Большое руководство к этапам Пути Пробуждения. Т. 1–2 / пер. с тибет. А. Кугявичус ; под общ. ред. А. Терентьева. – СПб. : Изд-во А. Терентьева, 2010. – 1595 с.

12. *Artemus B. Engle*. The Inner Science of Buddhist Practice, Snow Lion Publication. – New York, 2009. – 559 p.

13. *Conze.E.* Abhisamayalankara: introd. and translation from original text with Sanskrit-Tibetan index. Roma, Is. M.E.O., 1954.

## Five Paths of Mahayana and Tibetan Tradition Lam Rim

A. V. Loschenkov

*Mongolian, Buddhist and Tibetan Studies of Siberian Branch of Russian Academy of Sciences, Ulan-Ude*

**Abstract.** This article describes the Five Ways of Mahayana that is a system of multi-stage spiritual practice of the personality following the path of the bodhisattva – personality aiming at full disclosure of his or her potential for the benefit of all creature livings. Theoretical aspects of the Mahayana’s path are analyzed. Practices constituting the basis of the Five Paths of Mahayana are covered. Three bases of Path are considered. They are renunciation, bodhichitta and the wisdom gaining insight into emptiness. Abhisamayalankara text was taken as the source of origin of the teachings on multi-stage path (Lam Rim). Direct source of texts on multi-stage path was « Bodhipathapradīpa » by Atisha compiled for Tibetans after his arrival in Tibet, though origin of Tibetan tradition of the of the multi-stage path go back to Buddha Shakyamuni.

**Keywords:** Mahayana, Lam Rim, multi-stage path, “Abhisamayalankara”, meditation, Geluk, Buddhism, Sutrayana.

**Лощенков Алексей Вячеславович**  
 лаборант-исследователь, соискатель,  
 отдел философии, культурологии  
 и религиоведения  
 Институт монголоведения, буддологии  
 и тибетологии СО РАН  
 670047, г. Улан-Удэ, ул. Сахьянова, 6  
 тел.: 8(3012)419961  
 e-mail: loshchenkov@mail.ru

**Loschenkov Alexey Vyacheslavovich**  
 Research Assistant, Department of  
 Philosophy, Culture and Religion Studies  
 Institute for Mongolian, Buddhist and  
 Tibetan Studies of the Siberian Branch  
 of the RAS  
 6, Sakhyanov st., Ulan-Ude, 670047  
 tel.: 8(3012)419961  
 e-mail: loshchenkov@mail.ru