ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(СПбГУ)
Институт философии

Кафедра Философии и культурологии Востока

Зав. Кафедрой
Философии и культурологии
Востока
Туманян Т.Г.

Председатель ГАК
к. филос. н.
Шестаков В.А.

Выпускная квалификационная работа на тему:
Трактат «Тяньинь-цзы» как памятник эпохи Тан

По специальности – 033000 Культурология
Специализация – «Китайская культура»

Рецензент:
к.ф.н., ст.преп.
Боков Г. Е..
_____ (подпись)

Выполнил: студентка
Крохалева М. С.
_____ (подпись)

Научный руководитель:
к.ф.н., ст. преп.
Зельницкий А. Д.
_____ (подпись)

Санкт-Петербург
2016 г.

Оглавление

Введение....3
Глава 1. Даосизм в эпоху Тан....3
1.1 Даосизм и государство....8
2.2. Повлиявшие на «Тяньинь-цзы» учения и традиции....12
Глава 2. Шанцин и Маошань....17
2.1 История школы....17
2.2. Учение Шанцин....18
Глава 3. Сыма Чэнчжэнь....21
Глава 4. Анализ «Тяньинь-цзы»....25
3.1 Вступление....27
3.2 О бессмертных сянях....30
3.3 Простота....32
3. 4 Врата постепенности....33
3.5 Пост и воздержание....36
3.6 [Пребывание] в месте покоя....39
3.7 Актуализация и визуализация....42
3.8 Сидение в забытьи....43
3.9 Духовное освобождение....44
Заключение....46
Список литературы:....47

Введение

Представленная выпускная квалификационная работа посвящена трактату Сыма Чэнчжэня «Тяньинь-цзы» и анализу его особенностей в контексте религиозно-исторической ситуации в даосизме эпохи Тан, в том числе положения даосизма в государстве, его учений данного периода и ситуации в школе Шанцин.

Актуальность темы работы. Перевод и дальнейшее изучение даосских религиозных литературных памятников является необходимым условием для полноценного понимания философии и мировоззрения даосизма, а также китайской культуры в целом. К тому же, исследуемый мной период является переломным в истории даосизма, когда происходит смешение разных традиций и возникновение на их основе новых учений и методов духовных практик. Поэтому анализ текста «Тяньинь-цзы» поможет показать, какое выражение получили данные процессы в даосских сочинениях этого времени.

Степень научной разработанности темы. В отечественной даологии пока еще не было исследований, посвященных непосредственно трактату «Тяньинь-цзы», как не было и полных его переводов. В книге В.В. Малявина «Духовный путь Китая» цитируется несколько предложений из «Тяньинь-цзы». В других используемых мной русскоязычных источниках упоминается лишь только его название и автор. В англоязычной литературе существует перевод этого трактата, выполненный Ливией Кон, однако также нет работ, которые бы представляли собой анализ текста. Что касается, китайских исследователей, то мне удалось найти только две статьи, посвященные анализу трактата: Чэн Шоуюн. «Смысл простоты и пути познания Дао – современная интерпретация «Тяньинь-цзы» и Лю Лин «Исследование жизни Сыма Чэнчжэня и его учения о «вскармливании жизни", однако, к сожалению, на фактически их исследование состоит в переводе «Тяньинь-цзы» с классического китайского языка на современный китайский.

Таким образом получается, что на данный момент не существует подобного рода исследований, что подчеркивает **научную новизну моей работы.**

Объектом исследования является трактат «Тяньинь-цзы»; **предметом** исследования – учения и традиции даосизма представленные в трактате «Тяньинь-цзы».

Целью исследования становится анализ основных особенностей трактата «Тяньинь-цзы» в идейном контексте эпохи Тан. Для достижения данной цели мной были поставлены следующие задачи:

1. Проанализировать историческую и религиозную ситуацию в танском даосизме.
2. Проанализировать историю развития и историю религиозно-философской традиции школы Шанцин
3. Дать краткий очерк биографии Сыма Чэнчжэня
4. Перевести и исследовать трактат «Тяньинь-цзы»

Структура работы обусловлена характером поставленных задач; исследование разделено на четыре главы.

В первой из них представлен анализ положения даосизма в эпоху Тан: приводится общая характеристика ситуации в даосизме, а также 2 кратких обзора: отношений между государством и даосизмом и религиозной ситуацией внутри даосизма.

Во второй главе я привожу историю школы Шанцин от ее основания до исследуемого нами периода и рассказываю об изменениях в используемых ею практиках, которые начали происходить к началу эпохи Тан.

Третья глава посвящена биографии Сыма Чэнчжэня.

В четвертой главе я привожу перевод выполненного мною трактата «Тяньинь-цзы» и анализирую интересные, с точки зрения поставленной темы, моменты содержания.

Литература, использованная в ходе работы, - это, прежде всего версия текста «Тяньинь-цзы», представленная в Дао-цзане, также работы Филонова

С.В. «Золотые книги и нефритовые письмена: даосские письменные памятники III-VI вв», посвященные текстам школы Шанцин, Малявина В.В. «Духовный опыт Китая», которая помогла мне разобраться в приемах и техниках даосских практик, Ливии Кон «Daoism Handbook», Торчинова Е. А. «Путь золота и киновари. Даосские практики в исследованиях и переводах», а также рядом других источников, в том числе и несколькими статьями на китайском языке.

Глава 1. Даосизм в эпоху Тан

Прежде чем перейти к анализу главного объекта моего исследования – трактата «Тяньинь-цзы» 天隐子, – я считаю, было бы вполне логично дать характеристику даосским реалиям эпохи Тан. Ведь даже самая консервативная религия время от времени претерпевает изменения, а даосизм на протяжении всей своей истории, подобно даосским божественным сяням, постоянно находился в состоянии потока: отдавшись собственной естественности, он следовал своей судьбе. Появлялись новые идеи и практики, менялась его структура и положение в государстве. Поэтому все даосские тексты необходимо соотносить с исторической ситуацией, при которой они были написаны, ведь религиозные, социальные и политические события являются их невидимой составляющей, которая между тем во многом определяет особенности изложенного в них учения[1,2].

Трактат «Тяньинь-цзы» был написан в VII-VIII вв н.э., что, как было сказано, исторически соотносится с временем правления династии Тан (618-907). Эту эпоху часто называют золотым веком китайской истории. После долгих лет раздоров (начиная с падения государства Восточная Хань (220 г. н.э.), Китай был вынужден почти на 400 лет практически забыть о том, что такое централизованное государство[3]), в начале VII века страна вновь была объединена под властью сильного правителя. Вместе с политическим равновесием в Китай пришли культурное и экономическое процветание и открытость всему новому. Население страны было свободно от жесткого социального контроля, а господствующая в обществе система ценностей довольно мирно сосуществовала с новыми для Китая религиями: манихейством, зороастризмом, тантризмом, исламом и иудаизмом. Такая

[1] Нужно сказать, что это особенно актуально для текстов описываемого мной периода, т.к. для них характерна омография технической терминологии. Т.е. слово, записанное одними и теми же иероглифами, в текстах разных школ и традиций обозначает разные вещи. Поэтому, для того, чтобы правильно прочитать тракт «Тяньинь-цзы», нам необходимо обратится к учениям, в рамках которых он был создан см. *Филонов С.В*. Золотые книги и нефритовые письмена: даосские письменные памятники III-VI вв. Спб.: Петербургское востоковедение: 2011, С. 533

[2] *Assandri F*. Early medieval daoist texts: strategies of reading and fusion of horizons// Journal of Chinese Philosophy. Vol. 37, Issue 3, September 2010. P. 385;

[3] См. *Кравцова М.Е*. История культуры Китая. Спб.: Планета музыки – Лань, 2011. С. 407

готовность впитывать в себя другие культуры объясняется кроме всего прочего происхождением императорского рода. Национальными корнями танский дом был связан с сянбийской знатью[4], поэтому правители династии Тан, в большинстве своем, придерживались курса универсализации политики. К тому же, стабильная экономика и относительный мир внутри страны способствовал восприятию и усвоению новых идей.[5]

Тан – была не только новой эпохой в истории китайского государства, но и новой эпохой в истории китайского даосизма, когда «даосизм перешел от раздробленности к духовному единству, от институциональной аморфности – к системности, иерархичности и структурированности своих институтов, от локальных даосских книжных собраний – к единому Даосскому Канону». [6] Отдельные школы, которые еще в недалеком прошлом позиционировали себя как независимые вероучения, к началу эпохи Тан осознали себя частями одного целого и объединились под эгидой даосизма. Процесс интеграции также сдерживал появление новых течений внутри этой религии.[7]

Е.А. Торчинов выделяет следующие ключевые для даосизма моменты в период правления династии Тан:

1. Начало распространения даосизма за пределы Китая.
2. Становление института монашества.
3. Государственная поддержка даосизма.
4. Новый виток в развитии даосской философии.
5. Формирование практик «внутренней алхимии» (*нэйдань* 内丹)[8].

---

[4] *Зельницкий А.Д.* Три учения и государственная религиозно-идеологическая политика Тан и Сун//История Китая с древнейших времен до начала XXI века: в 10 т./Под ред. Тихвинского С.Л. [Т. 3.]: Троецарствие, Цзинь, Южные и Северные династии, Суй, Тан (220-907) М.: Наука – Восточная литература, 2014. С. 460

[5] *Kohn L., Kirkland R.* Daoism in the Tan// Daoism Handbook/edt. by Kohn L. Leiden: Koninklijke Brill NV, 2000. P.339

[6] *Филонов С.В*. Даосская энциклопедия «Дао цзяо и шу» об истории книг с небес Высшей чистоты)//Научно-теоретический журнал «Религиоведение». Вып. 1. Благовещенск:АмГУ 2004 . С.174

[7] *L.Kohn and R.Kirkland*. Daoism in the Tan… Op. cit. C.339

[8] *Торчинов Е.А.* Даосизм: опыт историко-религиозного описания. Спб.: Андреев и сыновья, 1993. С.211

1.1 Даосизм и государство

Как бы ни была популярна религия в народе, ее развитие большей частью определяется отношением к ней государя. В эпоху Тан росло покровительство даосизму со стороны императорского двора, и даосские мыслители занимали все более активные позиции на политической арене. Даосизм достиг наибольшего влияния в политическом плане именно в этот период во многом благодаря тому, что он помогал легитимизировать власть правящего дома: династия официально объявила о своем происхождении от Лао-цзы (老子)[9], а свое воцарение обосновала древними мессианскими предсказаниями о посланце Лао-цзы из рода Ли (李).[10]

Существовало несколько пророчеств, в которых говорилось о мудром правителе по фамилии Ли, срок появления которого совпадал по времени с основанием династии. Таким образом, победа в гражданской войне Ли Юаня 李淵 (618-627) – основателя династии Тан – стала доказательством исполнения этих предсказаний. Одним из предсказателей был потомок южной элиты и десятый патриарх школы Шанцин 上清[11] Ван Юаньчжи 王遠知 (518-635). Он еще до победы Ли Юаня назвал его следующим императором, и передал ему священные даосские тексты и Небесный мандат. Позднее он также узнал следующего танского императора Ли Шиминя 李世民 (627-649) и нарек его «Сыном неба и великого благоденствия» (*майпин тяньцзы* 太平天子). Были и другие предсказания. В 617 и 618 годах сам Государь Лао 老君, явившись 2 раза: на горах Хошань 霍山 и Янцзяошань 羊角山, – предсказал Ли Юаню, что он станет императором. В ответ на это, император в 620 г официально удостоил

[9]Лао-цзы (老子) - древнекитайский философ VII—VI веков до н. э., мифологизированный основоположник даосизма. При рождении имел имя Ли Эр (李耳). Фамилия правителей Танского дома также была Ли (李), на основе чего они и смогли заявить о начале своей родословной от Лао-цзы. Еще одно название Лао-цзы, которое я употребляю дальше по тексту, - Господин Лао (лао цзюнь, 老君) – это Лао-цзы, обожествленный в качестве персонификации Дао, верховное божество даосского пантеона.

[10] *Торчинов Е.А.* Даосизм: опыт историко-религиозного описания… Ук. соч. С. 320

[11] Школа, которой принадлежал автор «Тяньинь-цзы» - Сыма Чэнчжэнь. Подробнее см. главу 2.

бога звания «Мудрейшего предка» династии (*шэнцзу* 聖祖). Так начался период почти непрерывного патронажа даосизма со стороны династии[12].

Неприятные для танского даосизма времена, когда он оказывался в немилости у государей или занимал более низкое положение по отношению к своему главному идейному оппоненту – буддизму, – сглаживались их непродолжительностью. И совокупные действия императоров в конце концов привели к усилению даосизма, расширению его сферы влияния, упорядочиванию внутренней организации и развитию его философии. В качестве положительных акций в сторону даосизма можно привести следующие примеры.

Императоры Ли Шиминь и Гао-цзун 高宗 (650-683) продолжали поддерживать Даосизм как главную национальную культурную традицию (указы 625 и 637 годов устанавливали приоритет даосизма над буддизмом). Эти императоры воздвигали даосские монастыри на средства империи, самые важные из них – в Логуань, Маошань и Бочжоу. В 666 г Гао-цзун приказал установить государственный монастырь в каждом из 300 округов. Оба императора также приглашали ко двору ведущих даосских мыслителей и магов (в частности Пань Шичжэна 潘师正 (585-682) и Е Фашаня 葉法善 (631-720)), советовались с ними и оказывали им почести. В 666 г указом Гао-цзуна Лао-цзы был присвоен официальный божественный титул «Таинственного изначального императора» (*сюань юань ди* 玄原帝). Он поднял статус «Дао-дэ цзина» 道德經 до самого главного сакрального текста, в 675 г он издал первый императорский указ для составления даосского канона и в 678 г утвердил знание «Дао дэ цзина» и «Чжуан-цзы» 莊子 обязательным для сдачи официальных экзаменов. Согласно указу 683 г. даосские иерархи по своему положению приравнивались к членам императорского фамильного дома, а даосские храмы следовало называть «дворцами» (*гун* 宫).[13]

[12] *Kohn L., Kirkland R.* Daoism in the Tan… Op. cit. P. 340-341; Нань Хуайцзинь. Чжунго даоцзяо фачжань шилюэ (南怀瑾。中国道教发展史略。Краткая история развития даосизма). Шанхай:复旦大学出版社, 1996. С. 53

[13] *Kohn L., Kirkland R.* Daoism in the Tan... Op. cit. P. 342; *Зельницкий А.Д.* Три учения и государственная религиозно-идеологическая политика Тан и Сун... Ук. соч. С. 466-467

Императрица У Хоу 武后 （684-705) одаривала своим покровительством буддистов (т.к. с их помощью она пришла к власти), и частично сократила государственное спонсирование даосизма. Однако чудесные знамения, благословения от Государя Лао и подношение ей даосских артефактов в качестве даров заставило ее ослабить свое негативное отношение к даосизму. В 670 единственная дочь императрицы, принцесса Тайпин 太平公主 была официально посвящена в сан даосской жрицы. И хотя это посвящение, скорее всего, было просто формальностью, все же в течение следующих двух веков не менее чем двенадцать других принцесс последовали ее примеру и приняли даосизм (например, две дочери императора Жуй-цзуна 睿宗 （684-690, 710-712), который вместе с императором Чжун-цзунном 中宗 (684, 705-710) возобновил спонсирование даосизма)[14].

Все вышеизложенные меры, несомненно, шли на пользу даосизму. Однако нужно упомянуть и о негативных моментах активного участия правителей в судьбе даосской религии. Оказывая ей поддержку, они чувствовали себя вправе вмешиваться во внутреннюю жизнь монашества и диктовать свои правила. Например, император Ли Шиминь как-то повелел буддийскому и даосскому духовенству устраивать каждый год молебны о благополучном завершении осени. Также в седьмом веке правители взяли под правительственную эгиду даосское и буддийское духовные сообщества, а для регулирования их внутренней жизни создали официальный кодекс законов[15]. Но особенно отличился император Сюань-цзун 玄宗 (713-756), который является наиболее интересным для нашего исследования, т.к. предполагаемый автор текста «Тяньинь-цзы» Сыма Чэнчжэнь 司马承禎 (647-735) жил и творил во время его правления.

С одной стороны, правление императора Сюань-цзуна – это расцвет государства и расцвет даосизма. Император сам был хорошим знатоком

[14] *Kohn L., Kirkland R.* Daoism in the Tan... Op. cit. P. 343, 345

[15] Ibid. P. 342; *Зельницкий А.Д.* Три учения и государственная религиозно-идеологическая политика Тан и Сун... Ук. соч. С. 465

даосских текстов, собрал несколько их коллекций и написал комментарии к «Дао дэ цзину». При нем Лао-цзы стал одним из центральных божеств государственного пантеона, и в 751 г. в храме Лао-цзы начали совершать подношения в тот же день, что и жертвоприношения Небу. С другой стороны, Сюань-цзун слишком смешивал религию и государство, что привело к, на мой взгляд, чрезмерной политизации даосизма.

В государственных храмах по всей империи стояли друг напротив друга две статуи – Государя Лао и самого императора. В Танских фамильных даосских храмах в Чанъани наряду с даосскими службами должна была проводиться церемония поклонения императору. Сюань-цзун составил регламент даосских монастырей, приказал провести официальную регистрацию всех жрецов и запретил им переезжать в другие районы. Монахам государственных монастырей пришлось отправлять ритуалы по разработанному императором образцу.

И, тем не менее, это было время, когда даосизм достиг небывалой мощи и был возведен в роль официального государственного культа.

Около 733 г он учредил должность «Уполномоченного по даосскому ритуалу» (*даомэнь вэй-и ши* 道門威儀使), которая оставалась активной на протяжении всей династии. В 738 г. он национализировал религию, поставив по одному храму и монастырю в каждом уезде под строгий императорский контроль и установив систему императорских литургий. В 741 он распорядился организовать «Школу Даосских наук»[16] (*чунсюань сюе* 崇玄學) в каждом округе и утвердил новую систему даосских экзаменов – *даоцзюй* 道聚, – пройти через которую мог только сведущий в даосских текстах чиновник.

Император окружал себя именитыми даосами и призывал их ко двору с постоянной периодичностью. Кроме этого, для поддержания близких отношений с ведущими даосскими патриархами своего времени, Сюань-цзун

[16] Такой перевод названия школы дает Kohn L.: «College of Daoist Studies» [*Kohn L., Kirkland R.* Daoism in the Tan... Op. cit. C 346]

также учредил Академию Цзисянь (*цзисяньюань*) и пригласил туда знатоков даосской классики для чтения лекций и проведения исследований. Среди работающих в этой академии было довольно много известных ученых, поэтов и писателей. Даосские организации во время его правления процветали, и в 739 г было 1687 даосских учреждений, среди которых 550 были для женщин.

Правлению Сюань-цзуна пришел конец вместе с восстанием Ань Лушаня 安祿山 (703-757) в 755 г, подорвавшего авторитет Танской династии. Политическая централизованность стала ослабевать. Вместе с тем уменьшилось и императорское покровительство даосизму. Даосов при дворе становилось все меньше, меньше монастырей получало субсидии и даосские тексты перестали пользоваться былой популярностью в среде элиты. Но тем не мене, даосизм все еще процветал. Продолжали действовать даосские придворные экзамены (даже при императорах более склонных к буддизму), а должность уполномоченного по даосскому ритуалу оставалась занятой на протяжении всего девятого века[17].

2.2. Повлиявшие на «Тяньинь-цзы» учения и традиции.

Трактат «Тяньинь-цзы» был истинным продуктом своей эпохи, излагающим типичные для того времени воззрения. В главе, посвященной анализу самого трактата, я еще буду подробно разбирать некоторые отдельные его элементы, а этот параграф, я думаю, необходимо посвятить общему обзору учений и философии, оказавших влияние на «Тяньинь-цзы».

Буддизм

Чужеземная религия буддизм пришла в Китай примерно в I в. н.э[18]. Постепенно набрав мощь, уже в эпоху Южных и Северных династий (317-589) она стала серьезным соперником даосизма. И это не удивительно, ведь буддизм был намного лучше организован: в то время как даосизм представлял собой совокупность проповедовавших различные учения отдельных школ и

[17] *Kohn L., Kirkland R.* Daoism in the Tan... Op. cit. P. 345-346, 348
[18] *Кравцова М.Е.* История культуры Китая … Ук. соч. С. 261

отправлял местные культы, буддизм основывался как на единстве догматов, так и на единстве церковной структуры. Но, как говориться, конкуренция – это движущий фактор эволюции. Чтобы не быть полностью вытесненными из социальной и политической сфер общества, отдельным даосским течениям пришлось осознать себя единым целым и под знаменем даосизма бороться за императорское покровительство, власть и социальное влияние (многие даосские учителя, вовлеченные в процесс объединения даосизма, были участниками диспутов с буддистами).

Причем борьба между этими двумя религиями велась не только в своей, религиозной среде, но и получала официальную поддержку императорского двора. В эпоху Южных и Северных государств было положено начало традиции придворных диспутов между буддистами и даосами. Напряжение между двумя сторонами росло, и особенно острым было их противостояние в эпоху ранней Тан. В это время диспуты были важным событием, собиравшим сотни, а иногда и тысячи гостей, включая самого императора[19].

Происходил интенсивный обмен опытом между религиями, который повлек за собой их изменение. В даосизме это привело к возникновению института монашества (до этого спасаться можно было и внутри семьи) и расцвету философии. Она обогатилась традициями и техниками, буддистскими темами и терминами[20].

Диспуты представляли собой репрезентацию учений двух сторон. Они строились вокруг даосских и буддистских текстов. Буддисты в основном представляли Махапраджняпарамита-сутру, Лотосовую сутру и Вималакири-сутру. Даосы – «Лаоцзы» 老子, «Бэнцзи-цзин» 本際經 и «Шэнсюань-цзин»[21]. Ф. Ассандри, изучив отчеты о диспутах, сделал вывод, что большинство

[19] *Нань Хуайцзинь*. Чжунго даоцзяо фачжань шилюэ… Ук. соч. С. 54

[20] *Торчинов Е.А*. Даосизм: опыт историко-религиозного описания…Ук. соч. 213-214, 221

[21] Такой список текстов приводит Ф. Ассандри. Он также говорит о том, что последние два даосских канона, были написаны Лю Цзинси и Ли Чжунцин в Суй и раннюю Тан. Несмотря на то, что сейчас они мало известны, они имели очень большое влияние в раннюю Тан. Они содержат учение о двойном сокровенном, которое они трактуют примерно так же, как оно представлено в «Лао-цзы». См. *Assandri F*. Understanding double mystery: Daosim in early Tang as mirrored in the FDLH (T 2104) and Chongxuanxue//Journal of Chinese Philosophy. Vol. 38, Issue 3, September 2011 P. 431

участников-даосов репрезентировали философию Чунсюань 重玄学 («Двойное сокровенное»)[22]

Чунсюань

Некоторые ученые рассматривают ее как официальную школу или секту. Будучи доминирующей даосской мыслью в седьмом веке, Чунсюань являлась способом понимания Дао через положения буддийской школы Мадхьямаки и основывалась большей частью на буддийских мыслях, пропущенных через призму даосской философии. В качестве его активных приверженцев можно назвать Ли Жуна 李榮 и Чэн Сюаньина 成玄英 (631-50)[23].

Обратимся сначала к тому учению Мадхъямаки, на диалектическом методе которого было построена философия двойного сокровенного. Это учение о пустотности всех дхарм и «срединном пути». Нет ни одной вещи, которая бы обладала собственным бытием: всякое существование носит зависимый, условный характер. Нет различия между нирваной и сансарой, пустотой и материальными формами. Как, впрочем, ошибочно и отождествление первого и второго. Таким образом, в основе реальности лежит не-двойственность абсолютного и относительного, части и целого. Мы не можем желать или не желать достигнуть нирваны. Поэтому нужно идти «срединным путем», т.е. не быть связанными какими-либо установками, понятиями и устремлениями[24].

Термин чунсюань происходит от фразы первого чжана в «Дао-дэ цзина»: «сокровенное и еще раз сокровенное» 玄之又玄.

В отсутствии тайну вещей созерцать стремись,
В наличии предел бытия созерцать стремись
Те двое родятся вместе, но их имена различны.
Их вместе назову я сокровенным
И сокровенное вновь сокровенным стало[25].

[22] *Assandri F*. Understanding double mystery: Daosim in early Tang as mirrored in the FDLH (T 2104)…Op.cit. P.430-431
[23] *Kohn L., Kirkland R*. Daoism in the Tan... Op. cit. P.344
[24] *Малявин В.В*. Духовный опыт Китая. Москва: Астрель-АСТ, 2006. С. 204-205.
[25] 玄之有玄

Таковы врата всех тайн[26].

О чем говорится в этом стихе канона? О смысле первого *сокровенного* легко догадаться: оно означает не-двойственность, относительность бытия и небытия. Что является аналогом «срединного пути» Мадхъямаки. Второе же *сокровенное* мыслители Чунсюань трактовали как не-связанность первым *сокровенным.* Приведу слова Чэн Сюаньина: «Когда кто-либо не различает границ между бытием и небытием, и не связан привязанностью или не-привязанностью, то это называется двойным сокровенным»[27].

Пустота (первое *сокровенное*) должна быть опустошена (второе *сокровенное*). Нам не должно казаться, что существует только одно – бытие или небытие, или что они оба существуют или не существуют. Сначала нужно отказаться от «двух крайностей», а потом и от «середины». Чунсюань приводит к парадоксальным выводам, что мир не реален и не не-реален, что как утверждение, так и отрицание реальности или нереальности мира - это заблуждение[28].

Внутренняя алхимия.

«Внутренней алхимией» (*нэй дань* 内丹) называется комплекс психо-физических практик (йога, медитация, дыхательная гимнастика цигун 氣功, визуализация), направленных на создание в теле элексира бессмертия («бессмертного зародыша» - *сяньтай* 仙胎). Становление «внутренней алхимии» также приурочено к периоду танской эпохи. Все ее элементы зародились намного раньше, но они не были систематизированы до описываемого мною периода.[29]

Все схемы духовного совершенствования (и в «Тяньинь-цзы» в том числе) эпохи Тан отражали принципы внутренней алхимии. Главным из них является взаимозависимость психических и соматических аспектов опыта.

---

[26] ДДЦ 1, пер. Торчинова (*Торчинов Е.А*. Даосизм. «Дао-Дэ цзин». Спб: Мир Востока, 2004. С.203

[27] Мой перевод выполнен с английского перевода Robinet I. (*Robinet I*. Chongxuan 重玄. Twofold mystery //The encyclopedia of Taoism: 2 Vol./edt. by Pregadio F. [Vol. 2]. London: Routledge, 2007. P. 274)

[28] *Robinet I*. Chongxuan 重玄. Twofold mystery …Op. cit. P. 274-275

[29] *Торчинов Е.А*. Даосизм: опыт историко-религиозного описания…Ук. соч С. 356-357

Иными словами, это духовное совершенствование достигалось через очищение, улучшение жизненной субстанции организма. Подготовительным моментом выступали дыхательные упражнения и медитации, а главным методом «внутренней алхимии» являлась работа с энергией – цзин 精, ци 氣, шень 神 (три ингредиента эликсира), которая осуществлялась через упражнения созерцательного характера (визуализация микро- и макрокосмома). Для достижения должных результатов необходимо было достичь пустоты и покоя сердца, гармонии инь и ян, очищения энергии[30].

Китайская Медицина

Что касается развития других направлений даосизма, то в первую очередь хотелось бы отметить объединение даосских и китайских медицинских практик в сфере техники долгожительства. Одним из главных участников этого процесса был великий даосский врач и алхимик Сунь Сымяо (孫思邈, 601-693), который хорошо разбирался в разных практиках и был автором нескольких важных текстов. Благодаря нему сфера даосских ритуалов и организации общины получила совершенно новое оформление. Прослеживается влияние его трактата «О сбережении духа и тренировке энергии» (*Цуньшэн ляньци мин* 存神鍊氣銘) на рассматриваемый нами трактате Сыма Чэнчжэня «Тяньинь-цзы» (на его структуру, и особенно на цзюань «Пост и воздержание»)[31].

[30] *Торчинов Е. А.* Путь золота и киновари. Даосские практики в исследованиях и переводах Е. А. Торчинова. Спб: Азбука-классика, Петербургское востоковедение, 2007. С. 143-144; *Малявин В.В*. Духовный опыт Китая…Ук. соч.С.100-113; *Филонов С.В*. Золотые книги и нефритовые письмена… Ук. соч. С. 538

[31] *Kohn L., Kirkland R.* Daoism in the Tan... Op. cit. P 344; *Малявин В.В. Виноградский Б.Б.* Антология даосской философии. Режим доступа: http://www.twirpx.com/file/282898/ (20.02.2016)

Глава 2. Шанцин и Маошань

2.1 История школы

Автор «Тяньинь-цзы» Сыма Чэнчжэнь был двенадцатым патриархом школы Шанцин 上清. До недавнего времени в отечественной даологии считалось, что Маошань 茅山 и Шанцин – это название одной и той же школы, однако С. В. Филонов выяснил, что разница между понятиями все же имеется. Шанцин – это более широкое религиозное движение, а Маошань – возникшая внутри него школа. Они различаются по дате возникновения и территории распространения, однако в религиозном плане очень близки[32]. И т.к. Сыма Чэнчжэнь принаджлежал к школе Маошань и, что из этого также следует, к движению Шанцин, то в нашем исследовании они будут использоваться в качестве синонимов.

Для начала мне бы хотелось дать краткий обзор истории движения от его основания и до интересуемого нас периода патриаршества Сыма Чэнчжэня.

Происхождение название «Маошань» связано с одноименной горой в южной части провинции Цзянсу. С этим местом связана красивая легенда. Она повествует о жизни трех братьев: Мао Ин 茅盈, Мао Гу 茅固 и Мао Чжун 茅忠. Однажды они достигли просветления и стали бессмертными сянями, после чего взмыли ввысь на белых журавлях и улетели с горы. Местные жители построили храм в честь этих мужей и переименовали гору в «Маошань».

Название «Шанцин» происходит от канона «Шанцин чженьцзин» 上清真經– «Книги основы [из небесного дворца] Высшей чистоты» - собрания книг, с которыми связано начало истории этого движения. По преданию, ставшая бессмертной Вэй Хуацунь 魏华存 (253-334) передала их основателю школы Ян Си 杨羲（330-386）. После его смерти эти книги были

[32] *Филонов С.В*. Золотые книги и нефритовые письмена: даосские письменные памятники III-VI вв. Спб.: Петербургское востоковедение: 2011, С. 52

упорядочены и отредактированы его последователями, и до сегодняшнего дня большая их часть дошла до нас в собрании «Дао цзана».

Заложил фундамент будущего величия школы Шанцин ее девятый патриарх – Тао Хунцзин 陶弘景 (456-536). Это был знаменитый ученый своего времени, его самыми известными трудами являются «Чжэнь Гао» 真誥- «Речи совершенных» и «Дэнчжэнь иньцзюэ» 登真隱訣- «Инструкция по достижению совершенства». В своих работах он описывал шанцинское искусство «вскармливания жизни» (*яншэн* 养生), определившее историю этой школы.

На десятом году служения на горе Маошань Тао Хунцин приказал своим ученикам построить даосский храм для народа и прорубить в горных лесах дороги, чтобы облегчить паломникам путь на гору. Поговаривают, что доход составил три тысячи монет. В конце концов, благодаря его очень ответственному и искусному управлению школой, Маошань стала центром школы Шанцин. После его смерти ареал Шанцин увеличился и начал распространятся на север, но Маошань все равно продолжала оставаться его центром[33].

Следующими патриархами Шанцин были уже известные нам из главы 1 данного исследования Ван Юаньчжи и Пань Шичжэн, при которых Маошань получила еще и серьезную государственную поддержку и опеку. Таким образом, подходя ко времени патриаршества Сыма Чэнчжэня (приемнику Пань Шичжэна), мы находим школу Маошань в небывалом до этого расцвете.

2.2. Учение Шанцин

Что касается религиозного учения Шанцин, то тут нужно сказать следующие. В основе раннего учения школы лежала теория антропологического космоса человека. Согласно этой теории в теле человека

[33] Ван Юньфэй. Сыма Чэнчжэнь даоцзяо сысян яньцзю (王运飞。司马承祯道教思想研究 «Учение и способ мысли Сыма Чэнчжэня»)。Магистерская работа.北京: 中央民族大学, 2010. С. 8

населяет множество богов: каждый орган, каждая кость и сустав является жилищем бога, а иногда и нескольких. Некоторые из них приносят нам пользу («духи-божества» (*шэнь* 神) и «лучезарности» (*цзин* 景), а некоторые ставят целью поскорее привести человека к смерти («три червя» (*сань чун* 三蟲) или «три трупа» (*сань ши* 三尸)). Задача даоса заключалось в том, чтобы с помощью актуализации (*цун* 存 - «обытийствование») оздоровить духов-божеств тела и уничтожить смертоносное начало в человеке. Все это достигалось с помощью сложных и витиеватых техник, когда адепт должен был прокручивать у себя в голове целые фильмы с участием этих божеств, причем следовать было необходимо строго по порядку, согласно установленной схеме. Также было необходимо помнить имена всех божеств, что при встрече с ними приветствовать их по имени. Способность созерцать внутренности получило название «внутреннего видения» (*нэйгуан* 內觀). Для того, чтобы ей обучиться для начала было необходимо заставить свои органы испускать свет (чжао 照) (что можно было достичь, принимая специальные снадобья, выполняя дыхательные практики и практики визуализации).[34]

Для того же, чтобы избавиться от «семян смерти» - червей, нужно было соблюдать особую диету[35], принимать специальные пилюли, и поддерживать здоровье своих янских и иньских душ (*хунь по* 魂 魄) [36] , которые ограничивают этих червей[37].

Таким образом, в ранний период школы Шанцин все перечисленные «жители» человеческого тела представлялись настоящими, реальными сущностями. Однако в эпоху Тан происходит упрощение понятия антропологического космоса. В сочинениях этого времени преобладают визуальные упражнения, в т.ч. направленные на созерцание своих

[34] *Филонов С.В*. Золотые книги и нефритовые письмена…Ук. соч.. С. 170, 216-217, 288, 412

[35] см. 3.5

[36] Считалось, что у человека есть 3 янские души (*хунь* 魂)и 7 иньских душ (*по* 魄). Янские регулируют ментальные процессы, в т.ч. сон, а сферой ответсвенности *иньских* - физиологические процессы. [*Ткаченко Г.А*. Хунь по.//Духовная культура Китая. Энциклопедия в пяти томах / Под ред. М. Л. Титаренко. [Т. 1]: Философия. М.: Восточная литература, 2006. С. 509]

[37] *Филонов С.В*. Золотые книги и нефритовые письмена … Ук. соч. С. 431

внутренностей, лишаются коммуникативного момента между субъектом и объектами антропологического космоса. А в борьбе «червями» и «трупами» используются различные техники работы с безличной энергией *ци*. Да и само понятье «червь»/ «труп» - становится скорее не более, чем образом губительного начала в человеке (другие взаимосвязанные с ним понятия – это «болезни» (*бай бин* 百病) и «дурные поветрия» (*бай се* 百邪)).[38]

Все эти изменения происходят во многом под влиянием, опять же, учения о «двойном Сокровенном» (*чун сюанъ* 重玄)[39] и учения о Сокровенном (*сюанъ сюэ* 玄學), а также школы Небесных наставников. По выражению Е. А. Торчинова школа Маошань этого врмени представляет собой форму «буддизированного даосизма». [40]

[38] *Филонов С.В*. Золотые книги и нефритовые письмена … Ук. соч. С. 444,447,65-466
[39] См. 1.2
[40] *Торчинов Е.А.* Даосизм: опыт историко-религиозного описания. Спб.: Андреев и сыновья, 1993. С. 16

Глава 3. Сыма Чэнчжэнь

Ливиа Кон считает, что Сыма Чэнчжэнь 司馬承禎 (647-735), возможно, был самым важным даосом времен Тан. Автор ряда выдающихся работ о медитации и самосовершенствованию, – он был признанным лидером даосизма в свои дни. Он и сам был очень хорошим поэтом, художником и каллиграфом, но также он взаимодействовал с многими ведущими литераторами своего времени, включая поэта Ли Бо 李白 (701—762/763 г.). Надо сказать, что была значима и его роль в политике. Благоволившие даосизму танские императоры и литераторы считали Чэнчжэня совершенным образцом для подражания в политике, мудрым советником, который помогает правителям править по закону. Так же, как и другие даосы периода, Чэнчжэнь ратовал за возведение в государственный культ духовного наследия Шанцина. В 731 Сюань-цзун по совету Чэнчжэня приказал установить Храм небесным ученым на каждом из Пяти священных пиков. Особенно большого успеха Сыма добился, прибыв ко двору в 721: император закрепил за шанцискими божествами приоритет над местными богами провинций и духами гор, и тем самым сделал еще более очевидным главенство даосизма среди остальных религий в стране. Это определенно была та пора в истории даосизма, когда он находился на высоте в социальном, в политическом, и в культурном плане. В дальнейшем после восстания Ань лушаня 安祿山 и Суй Сымина 史思明 (755-63) его влияние постепенно уменьшилась, и он больше никогда не смог вернуться к былой величественности.[41]

Жизнь Чэнчжэня чрезвычайно хорошо задокументирована: сохранилось более чем три дюжины биографий, включая два памятных посвящения правительственных чиновников, написанных сразу же после его жизни. Сыма был также героем биографий других личностей танского

[41] Isabelle Robinet. Shangqing – highest clarity// Daoism Handbook/edt. by Kohn L. Leiden: Koninklijke Brill NV, 2000. C. 199 ; Kirkland.R. Sima Chengzhen// The encyclopedia of Taoism: 2 Vol./edt. by Pregadio F. [Vol. 2]. London: Routledge, 2007 P/912-913

периода. Согласно посвящениям и ранним документальным текстам он был потомком второстепенной ветви правящего клана династии Цзинь (265–420). Его отец и дед занимали правительственные посты, но сердце Чэнчжэня больше лежало к духовным практикам. О его ранней жизни известно мало. Говорят, что он хорошо учился, но его сердце не лежало к карьере чиновника, поэтому он решил стать последователем даосизма.[42] В возрасте 21 он стал последователем Пань Шичжэня на горе Суншань嵩山(Хэнань), и некоторое время спустя получил от Шичжэня шанцинские реестры и священные писания. После странствия по священным горам он был призван в столицу императрицей У Цзэтянь (690-704).

В 711 Сыму призвал ко двору Жуй-цзун (684-690, 710-712), которому он служил, исполняя должность советника в правительстве. Впоследствии придворные поэты посвятили более 100 поэм Чэнчжэню (многие из них сохранились). В 721-722 или 724-725 он был призван ко двору Сюань-цзуна и, по некоторым данным, подарил ему шанцинские «священные книги и методики» (*цзинфа* 經法) или «методики и реестры» (*фалу* 法籙) императору. Сыма знакомил императора Сюань-цзуна и поэта Ли Бо с некоторыми даосскими текстами.

Потом он жил на горе Ван-у王屋山 (Хэнань) в монастыре, который император установил для него (хотя Сыма Чэнчжэнь считался верховным иерархом школы Шанцин, которая была основана на горе Маошань, он сам ни разу не был на этой горе; только его преемник Ли 李含光 (683-769 вернул традицию Шанцин обратно на Маошань). На этой горе он переписывал и сравнивал даосские тексты, редактировал «Тайные предписания для достижения совершенства» (*Дэнчжэнь инцзюэ* 登真隱訣) - собрание данных о ритуалах и духовном совершенстве Тао Хунцзина. Чтобы дополнить его, он

[42] *Чэн Шоуюн*. Цзяньи эр фамэнь цун – Тяньинь-цзы цзинду. (成守勇。易简而法门存 —《天隐子》今读 Смысл простоты и пути познания Дао – современная интерпретация «Тяньинь-цзы»)。中国道教 2004 年 03 期 Режим доступа: http://cdmd.cnki.com.cn/Article/CDMD-10052-2010260722.htm (01.04.2016)

составил «Тайные указания для культивирования совершенства» (*Сючжэнь бичжи* 修真秘旨) (ныне утерянные). Сыма был известен своим искусством каллиграфии, он даже изобрел каллиграфический стиль - «золотые ножницы». Видимо, по императорскому приказу, он высек «Дао дэ цзин» тремя стилями на камне. [43]

Смерть Сыма Чэнчжэня пришлась либо на 12 июля 735, либо он умер в 727 году. Одно из кратких посвящений сообщает, что Сыма перешел в состояние бессмертного после того, как заявил, что «мне уже уготовано место в Сюаньду玄都» [44] Сюань-цзун написал мемориальное посвящение, канонизировал Сыму как «Господина чистого единства» (*Чжэнь-и сяньшэн* 貞一先生) и пожаловал ему благородное звание. Один из ранних рассказов сообщает, что хотя у Чэнчжэня было много последователей, но «только Ли Ханьгуан и Цзяо Цзинчжэнь焦靜真 приняли его Дао».[45]

Сыма отредактировал или сочинил 15 работ; кроме выше упомянутых было несколько биографий шанциских даосов и работа о географии потустороннего мира. Произведение «Сочинение о высшем смысле правильного дыхания» *(Фуци цзин-и лун* 服氣精義論*)* было довольно популярно до XII века, в нем рассказывалось, как с помощью влияния на физиологию можно достичь личностного благосостояния вообще. До X века его наиболее влиятельным работой оставалось «Сочинение о пребывании в забвении» (*Цзован лун* 坐忘論), которое представляло собой текст о медитации. В нем Сыма говорит что этот путь состоит из 7 стадий, последняя из которых - познание *дао*. Иногда его можно уличить в заимствовании некоторых буддистских идей (возможно все дело в его связях с буддистами

[43] KIRKLAND. Sima Chengzhen|| Fabrizio Pregadio. The encyclopedia of Taoism.Vol 2.London.2007. C. 912
[44] Сюаньду - сказочная страна, населённая небожителями
[45] KIRKLAND. Sima Chengzhen|| Fabrizio Pregadio. The encyclopedia of Taoism.Vol 2.London.2007. C. 913

горы Тяньтай天台(Чжэцзян), где Сыма жил до 723 (724) года). Перенять опыт

Сыма Чэн-чжэнь был ключевой фигурой в формировании даосской мысли и даосской практики этого периода, его пятнадцать работ по космологии, медицине, долгожительству и мистическому постижению *дао* представляют собой обобщенную систему постижения даосизма, сфокусированную на постепенном переходе от обычной жизни к трансцендентальной. Концепция даосской жизни, предложенная в его текстах, по-видимому, оказала влияние на его младшего современника поэта У Юня 吳筠, (? -778)., а также послужила моделью для даосов более поздних веков, таких как Ван Чжэ王轂 (1113-1170).[46]

[46] L.Kohn and R.Kirkland.Daoism in the Tan// L.Kohn, Daoism Handbook. Leiden, The Netherlands, 2000.C.347 ; Russell KIRKLAND. Sima Chengzhen|| Fabrizio Pregadio. The encyclopedia of Taoism.Vol 2.London.2007 C.913-914

Глава 4. Анализ «Тяньинь-цзы»

Написание трактата «Тяньинь-цзы» относится к середине эпохи Тан, и, начиная с этого момента и вплоть до сегодняшнего времени, этот трактат пользуется неизменной популярностью среди практиков даосской медитации и дыхательной гимнастики Цигун. Кроме версии трактата в Дао цзане (ДЦ 1026) (которая была использована для анализа в данной работе), также найдена его альтернативная версия в сунском собрании сочинений Даошу 道书.

Мы имеем возможность читать этот трактат благодаря записавшему его Сыма Чэнчжэню, однако для нас остается неясным авторство текста. Для китайской философской литературы в целом и для текстов школы Шанцин в частности была очень характерна традиция «не создавать а передавать»[47], когда автор представал в скромной роли редактора текста, якобы написанного его мудрым наставником (земным или небесным). И хотя Малявин прямо называет трактат «анонимным», а Ливиа Кон воздерживается от категорических суждений и допускает, что его настоящим автором может быть как этот самый загадочный Тяньинь-цзы – «Мудрец небесного сокрытия» – так и Чэнчжэнь, но вся используемая мной китаязычная литература анализирует «Тяньинь-цзы» как текст, написанный непосредственно Сыма Чэнчжэнем. Например, в статье «Смысл простоты и пути познания Дао – современная интерпретация «Тяньинь-цзы» говорится, что, несмотря на то, что во вступлении сам Сыма Чэнчжэнь называет неведомого Тяньинь-цзы истинным автором текста, однако же из других частей не становится ясным, какая историческая личность скрывается за этим именем. Вероятно такая таинственность – это просто прием автора[48]. Этого же мнения придерживается Е. А. Торчинов[49].

---

[47] *Филонов С.В.* Книги с небес Высшей чистоты и культурное пространство даосских астральных путешествий//Научно-теоретический журнал «Религиоведение». Вып. 1. Благовещенск: АмГУ, 2004, №1. С. 43

[48] Чэн Шоуюн. Цзяньи эр фамэнь цун – Тяньинь-цзы цзинду. (成守勇。易简而法门存 —《天隐子》今读 Смысл простоты и пути познания Дао – современная интерпретация «Тяньинь-цзы») С. 49

[49] *Торчинов Е.А.* Даосизм: опыт историко-религиозного описания… Ук. соч. С. 221

Текст трактата довольно короткий и представляет собой сжатое изложение элементов даосской практики в восьми цзюанях: 1. О бессмертных сянях 2. Простота. 3. Врата постепенности 4. Пост и воздержание 5. В месте покоя 6. Актуализация и Визуализация 7. Сидение в забытьи 8. Духовное освобождение.

Первые три раздела можно рассматривать как введение. Соответственно их названиям они содержат определения и пояснения по темам «бессмертные сяни» (В чем заключается путь бессмертного сяня?), «простота» (рассматривается как главный принцип, которому следует автор при изложении практик), «врата постепенности» (дается схематичное описание пяти ступеней, – «врат» – из которых строится путь совершенствования даосского подвижника).

Раздел, посвященный пяти вратам начинается с физического очищения, через поддержание в чистоте своего тела и окружающего пространства, воздержании от оскверняющих контактов и скоромной пищи. Далее говорится о подобающей организации своего жилища в отдельной изолированной комнате, где соблюдался бы баланс между инь и ян, светом и тьмой, холодом и жарой. Медитация начинается с «обытийствования» (цун 存) богов внутри своего тела, установления концентрации внимания и проникновения в божественную обитель. Разум и тело при этом должны быть неподвижны. В конце - освобождение духа из его физических оков.

Ливиа Кон в статье, посвященной краткому обзору «Тяньинь-цзы» также говорит о том, что существует комментарий к тексту, написанный Чэнчжэнем, где он дает широкое пояснение практик, данных в тексте. Однако, больше ни один используемый мной источник не упоминает о нем. К сожалению, мне не удалось найти оригинал комментария, о котором говорит госпожа Кон, но я имела возможность ознакомиться с выполненным ей англоязычным переводом. Послесловии содержит описание практик до их мелких деталей, в том числе описываются подготовительные действия (такие как глотание слюны), методы циркуляции энергии в теле. В каждом случае

даются оптимальные режим и время длительности практики Рассказывается о том, как нужно проводить дыхательные упражнения и даются рекомендации по поводу лучших часов для приема пищи. [50].

3.1 Вступление.

В классическом китае становятся популярными тексты, для которых была характерна направленность на подразумеваемого читателя («intendent reader»). Если большинство философских и эзотерических сочинений более ранних периодов ставили целью просто рассказать о своих взглядах (напр., Лао-цзы, Чжуан-цзы, Хуайнань-цзы), то тексты этого типа писались не только для того, чтобы выразить мысль, но и чтобы донести эту мысль читающему (в широком смысле в понятие подразумеваемого читателя также входили потомки – последователи учения в будущем). «Тяньинь-цзы» является одним из таких текстов[51].

Первый цзюань – это введение, в котором Сыма Чэнчжэнь знакоми читателя с историей создания трактата, говорит о целях написания.

天隱子序

神仙之道，以長生為本 。 長生之要，以養氣為先 。 夫氣受之於天地，和之於陰陽 。 陰陽神虛謂之心，心主昼夜寤寐，謂之魂魄 。 如此，人之身大率不遠乎神仙之道 。 天隱子，吾不知其何許人，著書八篇，包括祕妙，殆非人間所能力學 。 觀夫修鍊形氣，養和心虛，歸根契於伯陽，遺照齊於莊叟 。 長生久視，無出是書 。 承禎服習道風，惜乎世人夭促真寿，思欲傳之同志，使簡易而行 。 信哉 。 自伯陽而來，唯天隱子而已矣 。 谨序

[50] Kohn L. Sima Chengzhen: Meditation and visualization//The encyclopedia of Taoism: 2 Vol./ edt. by Pregadio F. [Vol 2] London: Routledge P. 992-993

[51] *Assandri F*. Early medieval daoist texts: strategies of reading and fusion of horizons// Journal of Chinese Philosophy. Vol. 37, Issue 3, September 2010

«Путь небесного сяня начинается с долголетия. Самое главное в долголетии - это в первую очередь укреплять Ци. Если говорить о Ци, то ее берут из неба и земли, приводят в гармонию с помощью Инь и Ян. Инь и Ян, дух и пустота – это то, что называется сознание-сердцем, [то, с помощью чего] сознание-сердце управляет бодрствованием и сном в течении дня и ночи, называется иньскими и янскими душами. Таким образом, человеческое тело, пожалуй, не так уж далеко от пути к бессмертию. Тяньинь-цзы («Мудрец небесного сокрытия») - я не знаю, откуда этот человек, который написал [эту] книгу в восемь глав, содержащую таинственное и незыблемое. Пожалуй, среди людей нет того, кто можем выучиться [этому сам]. Исследует методы совершенствования собственной природы и плавки изначальной ци и воспитания сердечной пустоты. "Возвращение к корням"[52], сближает его с Бо Яном (Лао-цзы), "выпускание света" делает его равным Чжуан-цзы. [Вставший на путь] «продления жизни и вечного видения» [53] не достигнет хорошего результата без этой книги. Я, Сыма Чэнчжэнь, изучил дао и дэ. К сожалению, я вижу что жизнь моих современников непродолжительна, [их нельзя назвать] настоящими долгожителями. И я хочу передать эту книгу тем, кто идет к этой цели (т.е. долгой жизни). Я написал ее простым языком, так что следовать ей не составит большого труда. Верю: еачиная со времен Бо Яна и до Тяньинь-цзы есть только это учение!

Мое почтение».

Говоря об укреплении энергии Ци, «приведении ее в баланс» с помощью Инь и Ян, Сыма Чэнчжэнь тем самым оперирует понятиями внутренней алхимии. Для того, чтобы прийти к просветлению, необходимо познать все разнообразие реальности через оппозиции бытийного опыта (бытие и небытие, жизнь и смерть, инь и ян). Взаимодействие инь и ян лежало во всех событиях мира. В нашем теле тоже находятся восходящие и

[52] ДДЦ16
[53] ДДЦ 59

нисходящие потоки инь и ян, согласуясь с которыми нужно было выполнять практику циркуляции энергии в организме.

После того, как он раскладывает суть пути к бессмертию по полочкам, оперируя знакомыми любому даосу понятиями (энергия ци, сознание-сердце, дух, души хунь по и т.д.), он подводит читателя к выводу, что мы «не так уж далеки от бессмертия». Как можно видеть, достижение бессмертия не требует каких-то невообразимых запредельных методов. Главное знать, как правильно использовать эти методы и в каком порядке – всему этому может научить трактат «Тяньинь-цзы»

Немного неясным выглядит смысл этой фразы: «Возвращение к корням» происходит от Бо Яна (Лао-цзы), "выпускание света" - от Чжуан-цзы». Автор статьи «Смысл простоты и пути познания Дао – современная интерпретация «Тяньинь-цзы» считает, что в этой фразе речь идет об учении Дао-дэ цзина о бессмертии и об учении Чжуан-цзы о сидении в забытьи[54].[55] Эта фраза означает, что свое учение о пути бессмертия Тяньинь-цзы основал на данном в Дао-дэ цзине, как и практику сидения в забытьи позаимствовал у Чжуан-цзы.

Однако, почему автор выбрал именно такие метафоры «возвращение к корням» и «выпускание света» для обозначения «бессмертия» и «сидения в забытьи» соответственно?

Дело в том, что цель даосского подвижничества – бессмертие, достигается тогда, когда адепт возвращается к пустотной полноте бытия. Возвращается, т.к. (как это еще будет сказано в следующем параграфе этой главы), изначально мы все приобщены к ней, но в течение жизни уходим с правильного пути. Поэтому даосы трактовали путь совершенствования как возвращение к младенческому состоянию, для чего было необходимо повернуть вспять естественные жизненные процессы (отсюда же возникают

[54] Вообще, практика цзуо ван 坐忘 действительно впервые встречающаяся в Чжуан-цзы. Однако между его практикой и той, которая предложена Сыма Чэнчжэнем, есть некоторые различия

[55]Чэн Шоуюн. Цзяньи эр фамэнь цун – Тяньинь-цзы цзинду. (成守勇。易简而法门存 —《天隐子》今读 Смысл простоты и пути познания Дао – современная интерпретация «Тяньинь-цзы») С. 49

легенды о Лао-цзы, как «старом ребенке»). Этот путь возвращения также называют, используя фразу из Дао-дэ цзина «возвратиться к корням»[56].

Что касается «выпускания света» и сидении в забытьи, то тут все очень просто. Для того, чтобы обрести всю полноту жизни, как уже было сказано, необходимо прочувствовать на себе игру оппозиций бытия. Это касается также духовного и телесного начал в человеке. Нужно научиться не различать тело и дух, что достигается в практике забывания себя. Забыв себя, даос достигает высшей просветленности сознания[57].

3.2 О бессмертных сянях

神仙

人生時禀得虛氣，精明通悟，學無滯塞，則謂之神。宅神於內遗照於外，自然異於俗人，則謂之神仙 。 故神仙亦人也 。 在於修我虛氣，勿為世俗所論折，遂我自然，勿為邪見所凝滯，則成功矣 。【喜怒哀樂爱惡欲七者，情之邪也 。風寒暑湿飢飽劳逸八者，气之邪也。去此邪，成仙功也】。

Мой перевод:

«Когда человек рождается, он приобретает ци пустоты. Если он сметлив и понятлив, и у него нет препятствий к обучению – то он называется святым. Когда человек оставляет дух внутри, а внутренний свет выпускает наружу, выделяется из простых людей своей самоестественностью, то он называется божественным сянем. Но сянь - это [все-таки] тоже человек. Концентрируйся на совершенствовании своей ци пустоты, и не участвуй в мирских пересудах; следуй своей самоестественности и не следуй «неверным поветриям», тогда ты достигнешь успеха. (Комментарий: Радость, гнев, печаль, удовольствие, любовь, ненависть и желание - эти семь чувств

[56] *Чэнь Кайго, Чжэнь Шуньчао*. Восхождение к Дао. Жизнь даосского учителя Ван Липина. Комментарии, перевод: Малявин В.В. Режим доступа: http://ibeliaev.com/media/Voskhozhdenie_k_dao_Zhizn_daosskogo_uchitelya_Van.pdf (15.04.2016)

[57] *Малявин В.В*. Духовный опыт Китая. Москва: Астрель-АСТ, 2006 С. 97

являются неверными. Ветер, холод, жара, сырость, голод, сытость, труд и бездеятельность - эти восемь являются неверными проявлениями ци. Уйди от неверных поветрий – и достигнешь бессмертия)».

Как мы можем видеть, начало текста весьма обнадеживающе. Сыма Чэнчжэнь говорит, что каждый человек может стать сянем 神仙, т.к. мы все от природы имеем ци пустоты (xuqi 虚气). Но теряем ее, когда поддаемся мирской суете и неверным поветриям (сецзянь 邪見). Как известно, высшая фаза духовного совершенствования в даосизме – это возвращение к Великой пустоте （太虚）, что иногда образно называют «возвращением к корням», о чем мы говорили в предыдущем параграфе. Мы все рождаемся просветленными, с пустым сознанием. Однако в течение жизни под воздействием окружающего мира, поступков и событий наше сознание загрязняется, и мы становимся не способны постигать истину, т.к. у нас появляются блоки к обучению – неверные эмоции и неверные ци. Мы теряем себя, теряем свою самоестественность (自 然). Бессмертный же тем и отличается, что, очистив себя, он становится снова способен следовать своей самоестественности – т.е. вести себя так, как человек сохранивший свою природу, свою врожденную ци пустоты.

Так что, если коротко изложить суть вопроса, то для того, чтобы стать сянем, нужно культировать ци пустоты и избегать неверных ци. Однако все ли так просто как кажется? На самом деле путь, который укладывается в одно предложение, на деле может занять годы и целые десятилетия. Слишком серьезной деформации подвергается наша душа, годами следуя правилам мира, слишком глубоко сидят в нас неверные поветрия: разрушительные эмоции и привычки[58].

1. [58] *Лю Лин* . Сыма Чэнчжэнь шэнпин цзи ци яншэн сысян тайси (刘霖。司马承祯生平及其养生思想探析. Исследование жизни Сыма Чэнчжэня и его учения о «вскармливании жизни»).中医研究 2007 年 01 期. С.58

3.3 Простота

易簡

易曰：天地之道易簡者，何也？天隱子曰：天地在我首之上，足之下，开目盡見，無假繁巧而言，故曰易簡。簡者，神仙之德也。*经曰：至道不繁，至人無为*。 然則以何道求之?曰:無求不能知，無道不能成 。 凡學神仙，先知易簡 。苟言涉奇詭，適足使人執迷，無所歸本，此非吾學也。(世人学仙，及为仙所述者有矣。學气反为气所病者有矣) 。

Мой перевод:

«В И-цзине говорится: "путь неба и земли прост[59]" как это? Тяньинь-цзы говорит: небо – над моей головой и земля – под моими ногами, открываю глаза и вижу, Я говорю о них без лукавства, сложностей и хитростей, поэтому говорю: простота. Простота - это сила бессмертия. В каноне говорится: "совершенный путь не сложен, совершенный человек - бездеятелен[60]" В таком случае, с помощью какого пути можно найти это? Говорится: без поисков невозможно узнать, без пути невозможно достичь успеха. Всякий, кто учится бессмертию, сначала должен познать простоту. Нелепые речи о диковинных и хитроумных вещах только вводят людей в заблуждение. Они не могут вернуть к корням, такие учения не могут быть моими. (Комментарий: Люди учатся бессмертию, и из-за [стремления] к бессмертию впадают в заблуждение. Учатся дыханию, но, наоборот, из-за [стремления научиться правильному] дыханию заболевают)».

[59] Отсылка к Си цы чжуань. Верхняя часть. 1 (系辞上:1)

[60] Цитата из «Хуан тин цзин» (黄庭经. Канон желтого дворика)

3. 4 Врата постепенности

Если в прошлых цзюанях автор знакомил нас с общими понятиями и принципами своей системы, то в этом цзюане он уже переходит к практической части. Знакомит нас со своей схемой достижения бессмертия, состоящей из пяти ступеней-врат. Термин «врата» очень часто употребляется в даосских текстах. Своим изначальным значением оно указывает на то, что через них осуществляется вход. Например, в традиции Шанцин есть врата смерти (*сымэнь* 死门) – часть антропологического космоса, через которую в человека проникают опасные для него силы[61]. В этом же тексте через врата проникает дух (*шэнь* 神). И таким образом, последовательно впуская дух через каждое из этих врат, даос достигает конечной фазы этой схемы «духовного освобождения» (*шэньцзе* 神解), когда «все дхармы пронизаны духом» (*ваньфа тоншень* 万法通神)

漸门

易有漸卦，老氏有妙门[62]。人之修真達性，不能頓悟，必須漸而進之，安而行之，故設漸門 。 一曰齋戒，二 日安處，三日存想，四日坐忘，五日神解 。 何謂齋戒?曰澡身虛心 。 何謂安處?日深居靜室 。 何謂存想?日收心復性 。 何謂坐忘?曰遗形忘我 。 何謂神解?日萬法通神 。 是故習此五漸之門者，了一則漸次至二，了三則漸次至 三，了三則漸次至四， 了四則漸次至五，神仙成矣。

Мой перевод:

«В И-цзине есть гексограмма цзянь ("Постепенность", 53), в Дао-дэ цзине есть врата тайн. Когда человек занимается совершенствованием и

[61] *Филонов С.В*. Золотые книги и нефритовые письмена: даосские письменные памятники III-VI вв. Спб.: Петербургское востоковедение: 2011С. 516

[62] Полностью это выражение звучит так: «眾妙之門» - «врата всех тайн» （道德经，1）

пытается добиться естественности, то невозможно достичь мгновенного просветления. Обязательно нужно так делать: соблюдать и приближаться к этому, сохранять покой и двигаться к этому. Нужно построить ворота постепенности. 1. Пост и воздержание; 2. [Пребывание] в месте покоя 3. Актуализация и визуализация 4. Сидение в забытьи. 5. Духовное освобождение. Что называется постом и воздержанием? - Чистое тело и пустое сознание. Что называется пребыванием в спокойствии? - Жизнь в уединении в тихом жилище. Что называется созерцанием и визуализацией? - Сосредоточенность и возрождение своей природы. Что называется сидением в забытьи? - Выйти за рамки физического тела, забыть свое "я". Что называется духовным освобождением? - Когда все дхармы охвачены духом. Проходи через все эти пять ворот постепенности: понял первые - постепенно переходи ко вторым, понял вторые - переходи к третьим, понял третьи - переходи к четвертым, понял четвертые - к пятым, – тогда станешь божественным сянем».

Возможно, автор делает особый акцент на постепенности потому, что в VII веке велись активные споры внутри школы китайского буддизма Чань о характере просветления. Распространялось 2 концепции: «внезапного просветления» дунь у 顿悟 (на юге), и «постепенного просветления» цзянь у 渐悟 (на севере)[63]. Как уже было сказано, Сыма Чэнчжэнь какое-то время взаимодействовал с буддистами школы Тяньтай 天台宗, когда жил на одноименной горе в провинции Чжэцзян, и их учение нанесло отпечаток на

[63] VIII веке приверженец первой из этих концепций Шэнь-хуй доказал превосходство южной ветви над северной, в результате чего идея «внезапного просветления» стала господствующей в теории и практике чань-буддизма.

Иная судьба ждала тибетский буддизм. В 792, или в 798 г. (есть различные даты в тибетских хрониках) в тибетском монастыре Самъе 桑耶寺 состоялся диспут между индийским ученым-логиком Камалашилой, защищавшим классическую доктрину пути бодхисаттвы (в 10 ступеней), и наставником китайской школы чань Хашаном Махаяной 和尚摩訶衍 - приверженцем концепции мгновенности достижения просветления. Победителем вышел Камалашива, - тибетский буддизм стал приемником традиции индийского махаянского буддизма и учения о «постепенном просветлении».

его философию. Таким образом, вполне вероятно, что истинный автор текста также вдохновился идеями северной ветви китайского буддизма[64].

Идея о постепенно приобретаемом просветлении вовсе не была нова для даосизма. Например, как считает, С.Ю. Рыков, в книге Чжуан-цзы просветленность мин 明 (близкое по значению к употребляемому в «Тяньинь-цзы» термину у 悟) также приобретается в результате долгого обучения, а не в одно мгновение[65]. Однако проблема, которую поставили буддисты, выявила принципиальную важность данного вопроса, и заставила даосов также уделять ей больше внимания. Во время, совпадающее с эпохой Средневековья в Европе, в Китае появляются произведения, содержащие описание этапов духовного совершенствования. Например, знаменитый врач и даосский учитель Сунь Сымяо в своем трактате «О сбережении духа и тренировке энергии» **存神**炼气铭 выделяет пять этапов для достижения "малого свершения" (сяочэн 小城), и семь ступеней которые ведут к "большому свершению" (дачэн 大成)[66]. Сыма Чэнчжэнь в «Сидении в забытьи» также разработал свою собственную систему совершенствования в практике «забытья», состоящую из 7 ступеней[67]. В «Тяньинь-цзы», как мы можем видеть, пять этапов – «врат» (мэнь 门), – целью прохождения которых служит «духовное освобождение» (которое по совместительству является завершающим пятым этапом)[68]. Традиция разбивать путь к духовному совершенству/просветлению/освобождению на ступени и этапы также берет начало в индийском буддизме Махаяны, где путь бодхисаттвы состоял из 10

[64] . *Абаев Н. В.* Хуй-нэн / Духовная культура Китая. Энциклопедия в пяти томах / Под ред. М. Л. Титаренко. [Т. 1]: Философия. М.: Восточная литература, 2006. С. 495-496; Железнова Н. А. Буддизм в Тибете// Философия буддизма: энциклопедия/Отв. ред. М.Т. Степанянц. М.: Вост.лит., 2011. С. 934-937

[65] Рыков С.Ю. Древнекитайская философия: Курс лекций. М.2012 С.216

[66]Ступени: «постижение пути», «раскрытие духовного зрения», состояния «небожителя», «настоящего человека» и мудреца , «достигшего предела». («О сбережении духа и тренировке энергии», перевод В. В. Малявина // В.В.Малявин и Б.Б.Виногродский. Антология даосской философии).

[67]Ступени: «Почтение и доверие», «Прерывание кармы», «Обуздание сердца», «Освобожденность от дел», «Истинное созерцание», «Величественная сосредоточенность» и «Обретение пути» (перевод Малявина В.В.)

[68] «О пребывании в забытьи», перевод Малявина В.В.//Малявин В.В., Духовный опыт Китая. М, 2006, 166-195

ступеней, а восхождение осуществлялось через практику совершенств-парамит[69].

3.5 Пост и воздержание

Различные даоосские схемы человеческого совершенствования не совпадают друг с другом, однако представляется возможным выделить некоторые его основные этапы.

Первый этап можно условно назвать подготовительным. В схеме сыма чэнчжэня он соответствует стадии «почтения и доверия» - готовности вступить на подвижнечиский путь, не предполагающей еще осуществления духовной практики. В «Тяньинь-цзы» и некоторых других даосских источниках духовному совершенствованию предшествует соблюдение правил гигиены и диеты, позволяющей поддержать телесное здоровье. В тяньинь-цзы разъясняется, например, что пост и воздержание означают очищение тела и опустошение сознания, что впрочем не означат лишь вкушения овощей и омовений но правильное сбалансированное питание. Последнее означает, что вкуіая пищу нельзя наедаться до отвала, нельзя есть неготовую или напичканную специями пищу и т.д. Следует также избегать длительного сидения, длительного стояния на ногах и длительной тяжелой работы.[70]

齋戒

齋戒者，非蔬茹飲食而已，澡身非 湯浴去垢而已 。 蓋其法在節食調中、磨浴畅外者也 。 夫人禀五行之氣，而食五行之物，而实自胞胎有形也，呼吸精血，豈可去食而求長生 。 但世人不知休糧服氣，道家權宜，非永絕食粒之谓也 。 食之有齋戒者，齋乃潔淨之務，戒乃節慎之稱 。 有飢即食，食

[69] Железнова Н. А. Буддизм в Тибете// Философия буддизма: энциклопедия/Отв. ред. М.Т. Степанянц. М.: Вост.лит., 2011. С. 934-937

[70] Малявин духовный путь китая

勿令飽，比所謂調中也 。 百味未成熟勿食，五味大多勿食，腐敗閉氣之物勿食，此皆宜戒也 。 手常磨擦，皮膚溫热，興熨去冷 氣，此所謂暢外也 。 久坐久立久劳役，皆宜戒也 。 此是調理形骸之法 。 形堅則氣全，是以齋戒為漸门之首矣 。

Мой перевод:

«Пост и воздержание заключается не только в употреблении овощей, а содержание тела в чистоте - это не только омовение для избавления от грязи. Но нечто большее: способ умеренно и сбалансированно питаться, а при омовении делать себе целебный массаж. Человек с рождения состоит из ци пяти стихий, и он ест пищу, состоящую из пяти стихий. С момента, как человек обрел свою форму в утробе матери, он дышит и его кровь и дух циркулируют в теле. Как же тогда можно отказываться от еды и таким образом искать долголетия? Миряне просто не знают, что даосы только в определенное время постятся и поглощают жизненную энергию ци. Но это вовсе не значит, что мы всегда соблюдаем такой питательный режим. Пост представляет собой направленность на чистоту пищи, а воздержание – на внимательный подход к количеству еды. Если ты голоден – поешь, но не до полной сытости. Вот что такое правильное сбалансированное питание. Не ешьте дурно приготовленную пищу; не ешьте блюда, в которых смешено больше пяти вкусов; не ешьте испорченную пищу «с душком» - вот каким должно быть воздержание в еде. Постоянно растирайте руками кожу – да так, чтобы она стала горячей! Быстро гладьте ее, чтобы не допустить охлаждения ци. Вот это я называю согревающим массажем. Долго сидеть, долго стоять, долго трудиться – от всего этого нужно воздерживаться. Это есть способ регулировать [процессы] в теле. Если тело крепкое, то ци будет целостной. Итак, пост и воздержание - это первые врата постепенности».

Этот цзюань излагает свойственное многим религиям убеждение в том, что чистота души начинается с чистоты тела. Как говорят служители

православной церкви, «пост тела есть пища для души». Согласно правилам питания в даосизме, тот, кто хочет достичь хоть каких-нибудь результатов на пути духовного совершенствования должен навсегда отказаться от мяса, алкоголя, а также пяти запрещенных овощей (черемша, чеснок, душистый лук, рута, кориандр или разные сорта лука и чеснока). Это позволит держать свое тело в чистоте и заниматься духовными практиками. Но для того, чтобы достичь долголетия и затем стать бессмертным сянем, кроме этого основного ограничения в рационе адептам необходимо было время от времени соблюдать дополнительный пост или голодать (на физическом уровне, т.к. заменой пищи служила ци). В «Тяньинь-цзы» «пост» передается словосочетиниями сюлян 休糧 и цзюэли 绝粒, что дословно переводится как «прекращать есть зерно» (вот еще синонимы этих терминов: дуаньгу 断谷 – «прерывать употребление зерна», цюэгу 却谷 – «отменить зерно», пигу 辟谷 – «избегать зерно»). Изначально практика поста была основана на исключения из употребления зерновых культур и замене их овощами, или уменьшения порции риса (все-таки китайский рацион был и до сих пор основан на рисе, и полностью отказаться от него не всегда получалось). Со временем система питания во время поста изменялась и усложнялась, и практика «отказа от зерна» в широком смысле кроме сокращения рациона включала в себя также употребление травяных настоек (в том числе принимали травы, уменьшающие аппетит) и поглощение ци.

До танской династии даосы во время коротких периодов постились, ограничивая себя в еде. Такой пост был частью практики очищения. Длительные периоды поста представляли собой простое уменьшение порции. В Тан и Сун эта система претерпела изменения в сторону ужесточения практики: подразумевался полный отказ от употребления материальных продуктов и вкушение только ци (шици 食气)[71]. Поэтому это предложение «

[71] Swan A. Life without grains: bigu and the daoist body//Kohn L. Daoist body cultivation. Magdalena, 2006. C 91-92

但世人不知休糧服氣，道家權宜，非永絕食粒之谓也» можно даже перевести как «миряне не знают, что даосы только временно голодают, заменяя еду поглощением ци, и не навсегда отказываются от еды».

Почему же в древности пост связывался именно с отказом от злаковой пищи? Дело в том, что «смертоносные черви», о которых мы говорили во 2 параграфе 2 главы, питаются иньским началом (которое по даосским представлениям происходит от земли). Соответственно, злаки растут на земле, и поэтому будут питать червей, приносящих человеку болезни.[72]

В этом параграфе также упоминаются «пять стихий» (у-син 五行), из которых состоит тело человека и его еда. Концепция у-син зародилась в глубокой древности. Если говорить кратко, то она предполагает, что все в мире состоит из пяти элементов/стихий («вода», «огонь», «металл», «дерево», «земля»), в том числе и наше тело (например, легкие – это металл, сердце – огонь и т. д.). И вкушая пищу определенной стихии, мы приносим пользу органу этой же стихии.

3.6 [Пребывание] в месте покоя

Следование этим «вратам постепенности» - «пребывания в месте покоя» - научить адепта воспринимать покой и тишину. Сама практика заключается просто в спокойном сидении (в одиночестве и взаперти). Нужно обязательно пройти ту ступень, духовного совершенствования, т.к. последующая работа с энергией (а укрепление жизненной энергии ци, как было сказано во вступлении, – это самая главная практика из ведущих к бессмертию) становится невозможной при неспокойном сердце-сознании. Как говорит Сыма Чэнчжэнь в трактате «О сидении в забытьи»: «Освободись же от хлопот, и в мирном покое сможешь взращивать путь»[73]

[72] *Филонов С.В*. Золотые книги и нефритовые письмена: даосские письменные памятники III-VI вв. Спб.: Петербургское востоковедение: 2011 С. 420, 430, 433

[73] *Чэнь Кайго, Чжэнь Шуньчао*. Восхождение к Дао. Жизнь даосского учителя Ван Липина. Комментарии, перевод: Малявин В.В. Режим доступа:

何谓安處? 曰:非华堂邃宇 、重裀廣榻之謂也 。 在乎南向而坐，東首而寢，陰阳适中，明暗相半。 屋無高，高則陽盛而明多 。 屋無卑，卑則陰盛而暗多 。 故明多則傷魄，暗多則傷魂，人之魂陽而魄陰，苟伤明暗，則疾病生焉 。 此所謂居處之室，尚使之然。 況天地之氣，有亢陽之攻肌，淫陰之侵體，豈不防慎哉 。 修養之漸，倘不法此，非安處之道 。 术曰：吾所居室，四邊皆窗戶，遇風即閣，風息即開 。 吾所居座，前帘後屏，太明則下帘以和其內//，太暗則捲簾以通其外曜 。 內以安心，外以安目，心目皆安矣 。 明暗尚然，祝大多事慮、大多情欲，豈能安其 內外哉 。 故學道以安處為次

Мой перевод:

«Что называется местом покоя? Это вовсе не роскошный зал с широкими кроватями. Сидеть повернувшись к югу, спать, с головой, направленной на восток. Инь и ян должны быть уравновешены, света и тени должно быть поровну. В комнате не должно быть высоких потолков, иначе будет переизбыток ян и света. Потолки не должны быть низкими, иначе будет переизбыток инь и тьмы. Если будет много света - станут томиться иньские души, а если много тени - истомятся янские души. Если в человеке повредятся янские души и ян или иньские души и инь, то появятся болезни. Если все сделать по этим правилам, то получится комната уединения. Помни: жизненная энергия (ци) неба и земли может быть разной: есть яростный ян, который нападает на плоть, а есть сладострастная инь, которая побеждает тело. Будь осторожным с этим! Если в течении постепенного совершенствования не следовать всем этим правилам, то не получится пройти путь пребывания в месте покоя. Тяньинь-цзы говорит: «В моем жилище окна выходят на четыре стороны света. Когда начинается ветер - я

---

http://ibeliaev.com/media/Voskhozhdenie_k_dao_Zhizn_daosskogo_uchitelya_Van.pdf (15.04.2016)； *Малявин В.В*. Духовный опыт Китая. Москва: Астрель-АСТ, 2006 С.168

закрываю их, как он стихает - вновь открываю. В месте, где я сижу, впереди висит занавеска, позади стоит ширма. Если слишком светло, – я опускаю занавесь, чтобы урегулировать свет внутри. Когда же слишком темно, я поднимаю ее, чтобы дать свету снаружи проникнуть в комнату. Внутри я успокаиваю свое сознание, снаружи - я успокаиваю глаза. Сознание и глаза должны быть спокойны. Если нарушен баланс света и тени, то, ты думаешь о многих вещах, возникает много желаний. Как тогда можно быть спокойным? Поэтому, когда изучаешь путь Дао, пребывании в в месте покоя - это второй шаг.»

Здесь описывается необходимая для этой практики «комната покоя». Автор подробно рассказывает, как подготовить место для медитации и на что при этом обратить внимание. Однако монахам, живущим в монастырях, как правило, не нужно было прилагать много усилий, для обустройства этой комнаты. Дело в том, что такие «комнаты покоя» имелись в каждом даосском монастыре. Однако, насколько можно верить описанию В.В. Малявина, выглядела она все же немного иначе (там не было окон, но было очень темно). Интересно, что в биографии современно даоса Ван Липина также описывается опыт сидения в подобной комнате. Когда он попросил трех своих учителей научить своим знаниям, то первый опыт духовного совершенствования он имел в такой же комнате покоя, которой для него служил чулан в жилище даосов[74]. Из чего можно сделать вывод, что этот метод приведения своего сознания-сердца в состояние покоя распространен и в наши дни.

[74] *Чэнь Кайго, Чжэнь Шуньчао*. Восхождение к Дао. Жизнь даосского учителя Ван Липина. Комментарии, перевод: Малявин В.В. Режим доступа: http://ibeliaev.com/media/Voskhozhdenie_k_dao_Zhizn_daosskogo_uchitelya_Van.pdf (15.04.2016)

3.7 Актуализация и визуализация

Цель данного этапа духовного совершенствования – достичь всеобъятности сознания

存想

存谓存我之神，想谓想我之身。 閉目即見自己之目，收心即見自己之心。 心與目皆不離我身，不傷我神则存，想之漸也 。 凡人目終日視他人，故心亦逐外走，終日接他 事，故目亦逐外膽 。 營營浮光，未嘗復照，柰何不病且夭邪 ？是以歸根曰靜，靜曰復命，誠性存存，眾妙之門 。 此存想之漸，學道之功半矣。

Мой перевод:

«Актуализация – означает обытийствование моего духа (духов). Визуализация - это мысленное представление моего тела. Закрыть глаза и увидеть свои глаза. Сосредоточить сердце-сознание и увидеть свое сердце. Сердце-сознание и глаза не отделены от моего тела, не вредят моему духу – это есть постепенность через сдерживание мыслей. Глаза каждого [обычного] человека весь день смотрят на других людей, поэтому сознание тоже выходит во внешний мир. Оно весь день занято какими-то внешними делами, что опять-таки ведет к тому, что глаза тоже направлены вовне. Ярко сверкая, их свет блуждает вокруг, но никогда не освещает их самих. Как же тут не заболеть? «Возвращение к корню я назову покоем, покой я назову возвратом к жизненности изначальной судьбы»[75], хранение и сдерживание истины и внутренней природы – «таковы врата всех тайн» [76] . Таким образом, сдерживание мыслей - это середина пути постижения Дао».

Надо думать, что в данном цзюане описана практика «обытийствования» антропологического мира человека, о которой мы говорили во втором параграфе второй главы, посвященной учению школы Шанцин. Исполняющему ее, необходимо сосредоточить свое внутреннее

[75] ДДЦ, 16, перевод Торчинова Е. А. (*Торчинов Е. А*. Даосизм. «Дао-дэ цзин». Спб, 2004)
[76] ДДЦ, 1, перевод Торчинова Е. А. (*Торчинов Е. А*. Даосизм. «Дао-дэ цзин». Спб, 2004)

зрение на своих внутренних органах и на обитающих внутри них божествах - шэнях 神. Этого же мнения придерживается и Ливиа Кон.

3.8 Сидение в забытьи

坐忘

坐忘者，因存想而得也，因存想而忘也 。 行道而不見其行，非坐之義乎？有見而不行其見，非忘之義乎? 何謂不行?曰心不動故 。 何謂不見? 曰形都泯 。 故天隱子瞑瞋而不視 。 或者悟道，乃退曰:道果在我矣。我果何人哉? 天隱子果何人哉？於是彼我兩忘，了無所照。

Сидение в забытьи достигается после созерцания и визуализации. После созерцая и визуализации, ты все забываешь. Исполняешь путь Дао и не видишь своих действий, разве это не означает сидение? Видишь что-либо, но не производишь никаких действий, над тем, что видишь - разве это не забытье? Почему я называю это "не производить действий" 【над тем, что видишь】? Потому что сознание недвижно. "Почему я называю это "не видеть" 【своих действий】, потому что образы затуманены. Тяньинь цзы закрыл галаза и не смотрел. Возможно, он просветлел и познал Дао. Тогда он скромно сказал: Дао сейчас действительно во мне. Я - это в действительности что за человек? Тяньинь цзы - это в действительности что за человек? В результате я и другой (не-я) - оба забыты, больше некому излучать свет.

3.9 Духовное освобождение

神解

一齋戒，謂之信解。（ 言 無信心，即不能 解）。 二安處，謂之閑解 。（言 無閑心，即不能 解）。 三存想，謂之慧解 。（ 言 無慧心，即不能解）。四坐忘，謂之定解 。（ 言 無定心，即不能 解）。信、定、閒、慧,四門通神,謂 之神解。故神之為義,不行而至,不疾而速,陰陽變 通,天地長久[77]。兼三才而言,謂之易;齊萬物而言,謂 之道。德本一性而言,謂之真如。入四真如,歸於無 為。故天隱子生乎易中,死乎易中,動因萬物,靜因 萬物,邪由一性,真由一性。是以生死、動靜、邪真, 吾皆以神而解之,在人謂之仙矣。在天曰天仙,在地 曰地仙。故神仙之道,五歸一門。

Первый шаг - пост и воздержание - называется освобождение через веру [Комментарий: Без веры сознание не может быть свободным]. Второй - пребывание в месте покоя – это освобождение через покой [Комментарий: без покоя сознание не может быть свободным]. Третий - Актуализация и визуализация - это освобождение через ум [Комментарий: без ума сознание не может быть свободным]. Четыре - сидение в забытьи – это освобождение через сосредоточенность [Комментрарий: без сосредоточенности сознание не может быть свободным]. Вера, постоянство, покой, ум – четыре входа пронизаны духом, и тогда это называются духовным освобождением. Поэтому под «духом» мы понимаем то, что идет, не двигаясь и обгоняет, не спеша; то, что изменяется через Инь Ян и также старо как небо и земля. Когда три начала (небо, земля и человек) объединены, это обозначает перемены. Когда все мириады вещей уравнены – это означает Дао. … называется истинной сущностью. Проникните в истинную сущность и вернитесь в недеянию Тяньинь-цзы родился среди перемен, я умру среди перемен. Я двигаюсь по причине миллионов вещей, я успокаиваюсь по

[77] ДДЦ 17

причине миллионов вещей. Зло происходит из моей сердечной природы. Истина происходит из моей сердечной природы. Житие в духе освобождает от всего: жизни и смерти, движения и покоя, испорченности и совершенства. На человеческом уровне – такой называется сянь, на небе - называется небесным сянем, на земле – земным сянем. Таким образом, этот путь божественного сяня состоит из пяти врат ведущих к одной цели.

Заключение

В данной выпускной квалификационной работе на основе трудов отечественных и зарубежных ученых были проанализированы особенности трактата «Тяньинь-цзы». Проведя данное исследование, я пришла к следующим выводам.

Эпоха Тан была периодом, когда даосизм достиг своего наивысшего расцвета. Это проявилось как в его взаимоотношении с государством, направленности на внутри-религиозное объединение отдельных школ и течений, так и в новом расцвете даосской философии, которая обогатилась синтетическими учениями, возникшими на базе традиции разных школ даосизма и в процессе обмена опытом с буддизмом. Это привело к появлению новых типов текстов, посвященным нетрадиционным до этого видам практик, использующих буддийскую тематику и терминологию.

В том числе школа Шанцин переживала влияние новых учений, что привело к упрощении техники визуализации антропологического мира, вытеснению практик общения с антропоморфными сущностями человеческого организма различными техниками работы с безличной энергией и практиками медитации и концентрации сознания.

На примере трактата Тяньинь-цзы мы смогли увидеть, как эти изменения в религии сказались на данном тексте. Довольно часто можно встретить термины явно буддийского проихождения, Только в одном цзюане говорится о духе-шэнь 神 в традициях ранне-шанцинских памятников, наблюдается изменение смысла некоторых шанцинских практик, активно используются методы внутренней алхимии.

Данная работа может быть полезна для исследований, посвященных эпохе танского даосизма, в том числе взаимоотношениям власти и даосизма, философии и религии даосизма, школы Шанцин и жизненного пути Сыма Чэнчжэня.

Список литературы:

на русском языке:

1. Духовная культура Китая. Энциклопедия в пяти томах / Под ред. М. Л. Титаренко. [Т. 1]: Философия. М.: Восточная литература, 2006
2. История Китая с древнейших времен до начала XXI века: в 10 т./Под ред. Тихвинского С.Л. [Т. 3.]: Троецарствие, Цзинь, Южные и Северные династии, Суй, Тан (220-907) М.: Наука – Восточная литература, 2014
3. *Кравцова М.Е*. История культуры Китая. Спб.: Планета музыки – Лань, 2011..
4. *Малявин В.В. Виноградский Б.Б.* Антология даосской философии Режим доступа: http://www.twirpx.com/file/282898/ (20.02.2016)
5. *Малявин В.В*. Духовный опыт Китая. Москва: Астрель-АСТ, 2006
6. *Рыков С.Ю*. Древнекитайская философия: Курс лекций М: ИФРАН, 2012
7. Философия буддизма: энциклопедия/Отв. ред. М.Т. Степанянц. М.: Вост.лит., 2011.
8. *Торчинов Е.А*. Даосизм. «Дао-Дэ цзин». Спб: Мир Востока, 2004
9. *Торчинов Е.А.* Даосизм: опыт историко-религиозного описания. Спб.: Андреев и сыновья, 1993
10. *Торчинов Е. А.* Путь золота и киновари. Даосские практики в исследованиях и переводах Е. А. Торчинова. Спб: Азбука-классика, Петербургское востоковедение, 2007
11. *Филонов С.В*. Даосская энциклопедия «Дао цзяо и шу» об истории книг с небес Высшей чистоты)//Научно-теоретический журнал «Религиоведение». Вып. 1 Благовещенск: АмГУ, 2004..
12. *Филонов С.В*. Золотые книги и нефритовые письмена: даосские письменные памятники III-VI вв. Спб.: Петербургское востоковедение: 2011

13. Филонов С.В. Книги с небес Высшей чистоты и культурное пространство даосских астральных путешествий//Научно-теоретический журнал «Религиоведение». Вып. 1. Благовещенск: АмГУ, 2004.

14. *Чэнь Кайго, Чжэнь Шуньчао*. Восхождение к Дао. Жизнь даосского учителя Ван Липина. Комментарии, перевод: Малявин В.В. Режим доступа: http://ibeliaev.com/media/Voskhozhdenie_k_dao_Zhizn_daosskogo_uchitelya_Van.pdf (15.04.2016)

на английском языке:

15. *Assandri F*. Early medieval daoist texts: strategies of reading and fusion of horizons// Journal of Chinese Philosophy. Vol. 37, Issue 3, September 2010.

16. *Assandri F*. Understanding double mystery: Daosim in early Tang as mirrored in the FDLH (T 2104) and Chongxuanxue//Journal of Chinese Philosophy. Vol. 38, Issue 3, September 2005

17. Daoism Handbook/edt. by Kohn L. Leiden: Koninklijke Brill NV, 2000

18. Kohn L. Daoist body cultivation. Magdalena: Three Pines Press, 2006

19. Kohn L. Sitting in oblivion the heart_of_Dao. Magdalena: Three Pines Press, 2010

20. The encyclopedia of Taoism: 2 Vol./edt. by Pregadio F. [Vol. 1]. London: Routledge, 2007

21. The encyclopedia of Taoism: 2 Vol./edt. by Pregadio F. [Vol. 2]. London: Routledge, 2007

22. *Ван Юньфэй*. Сыма Чэнчжэнь даоцзяо сысян яньцзю (王运飞。司马承祯道教思想研究 «Учение и способ мысли Сыма Чэнчжэня»)。Магистерская работа. 北京：中央民族大学，2010 Режим доступа: http://cdmd.cnki.com.cn/Article/CDMD-10052-2010260722.htm (01.04.2016)

23. Дао-дэ цзин (道德经). Режим доступа: http://ctext.org/dao-de-jing (01.05.2016)

24. *Лю Лин* . Сыма Чэнчжэнь шэнпин цзи ци яншэн сысян тайси (刘霖。司马承祯生平及其养生思想探析. Исследование жизни Сыма Чэнчжэня и его учения о «вскармливании жизни).中医研究 2007 年 01 期

25. *Нань Хуайцзинь*. Чжунго даоцзяо фачжань шилюэ (南怀瑾。中国道教发展史略。Краткая история развития даосизма). Шанхай:复旦大学出版社, 1996

26. Сыма Чэнчжэнь. Цзо ван лун (司马承祯。坐忘论. О сидении в забытьи) 。 Режим доступа: http://ctext.org/wiki.pl?if=en&res=270447 (01.05.2016)

27. Чжуан-цзы (庄子). Режим доступа: http://ctext.org/zhuangzi (01.05. 2016)

28. Чжунхуа Дао цзан 1026/гл. ред. Чжан Цзи-юй (中華道藏第二六册/主编张继禹). 北京:华夏出版社，2004。

29. *Чэн Шоуюн*. Цзяньи эр фамэнь цун – Тяньинь-цзы цзинду. (成守勇。易简而法门存 —《天隐子》今读 «Смысл простоты и пути познания Дао – современная интерпретация «Тяньинь-цзы»)。中国道教 2004 年 03 期 Режим доступа: http://cdmd.cnki.com.cn/Article/CDMD-10052-2010260722.htm (01.04.2016)