

УДК 1:294.3

doi: 10.18101/1994-0866-2016-6-74-80

## ЛАМРИМ В ТРАДИЦИИ ТИБЕТСКОГО БУДДИЗМА

© **Гулгенова Арюна Цыденжабовна**

кандидат исторических наук, старший преподаватель,

Бурятский государственный университет

Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а

E-mail: agulgenova@mail.ru

Автор раскрывает понятие «ламрим», его содержание и значение в традиции тибетского буддизма, а также рассматривает в качестве особого философского жанра тибетской буддийской литературы. Представлены краткий анализ содержания и характерные признаки двух фундаментальных произведений: «Светоч на Пути к Пробуждению» Джово Атиши и «Большое руководство по этапам Пути к Пробуждению» (Ламрим Ченмо) Чже Цзонхавы. На базе этих трудов проанализировано влияние индо-тибетской традиции буддизма на духовную основу тибетской цивилизации. Все это позволило обосновать значение учений ламрима для тибетского буддизма.

**Ключевые слова:** ламрим, Абхисамаяламкара, Праджняпарамита, традиция Гелугпа, постепенный путь Просветления.

Понятие «ламрим» имеет широкую известность благодаря классическому произведению «Ламрим Ченмо» выдающегося тибетского ученого-философа, основателя традиции Гелугпа Чже Цзонхавы (1357–1419). Однако оно имеет более широкое значение и не ограничивается одним лишь этим произведением. Ламрим представляет собой особый жанр буддийской литературы, возникший в Тибете в Средние века. И хотя отдельные произведения, исполненные в этом жанре, имеют некоторую популярность, сам жанр и его значение для тибетского буддизма остаются малоизученными. В связи с этим есть определенная необходимость более подробного его исследования.

Понятие «ламрим» — это двусложный термин и в переводе с тибетского языка имеет следующее значение: «лам» (тиб. lam) — путь, дорога; «рим» (тиб. rim) — ступень, этап, последовательность. Таким образом, *ламрим* дословно означает ступени или этапы пути. В тибетской традиции ламрим представляет собой особый жанр, отражающий методы совершенствования личности на пути просветления. Так, согласно Х. Кобезону и Р. Джексону под текстами ламрим подразумеваются произведения, являющиеся «...полноценным введением в духовный путь, объясняя его этапы через призму трех индивидуумов, начиная с более низкой мотивации индивидуумов первых двух типов (стремящихся к благоприятному перерождению и личному освобождению) до высшей личности Махаяны (стремящихся к состоянию Будды во благо всех живых существ). Тексты этого типа обычно заканчиваются кратким упоминанием тантры. Появление данного жанра связывают с Атишей Дипамкарашриджняной (982–1054) и последователями основанной им традиции Кадам (bka'-gdams). Прототипом жанра является «Светоч на пути к Пробуждению» (byang-chub-lam-sgron) самого Атиши, а наиболее известными на сегодня текстами — произведения Цонкапы [9, р. 229].

Р. Н. Крапивина убеждена, что текст «Абхисамаяламкары» является коренным текстом, от которого берет свое происхождение тибетский жанр «ламрим» (тиб. lam rim) [2, с. 29]. В тибетских источниках говорится, что в учении и практике ламрим есть две линии преемственности, исходящие от Будды Шакьямуни: 1) распространение в Индии по «линии Манджушри», 2) по «линии Майтреи». Индийский мастер Атиша (982–1054) объединил в единое целое обе линии в своем трактате «Светоч на пути к просветлению» (тиб. byang chub lam sgron), ставший непосредственным источником для всех текстов ламрим, появившихся позже в Тибете в качестве комментариев учения о постепенном пути к Просветлению.

Подтверждение убежденности Р. Н. Крапивиной мы находим у С. П. Нестеркина, который пишет, что Цзонхава сумел объединить две традиции комментирования сутр Праджняпарамиты — «глубокую философскую» традицию Нагарджуны и «широкую действенную» традицию Майтреи — в своем учении о «степенях совершенствования». Это учение, изложенное им в знаменитой работе «Ламрим ченмо», продолжило и завершило усилия Атиши, направленное на создание системы такой религиозной практики, которая объединяла бы всех людей. Основание этой системы было заложено Атишей в его «Бодхи-патха-прадипа» [4, с. 150].

Итак, созданный Атишей Дипамкарашриджняной труд под названием «Бодхипатхапрадипа» — «Светоч на пути к Пробуждению» выступил прототипом жанра «Ламрим». Относительно этого И. С. Урбанаева высказывается следующим образом: «Стратегема стадиальности буддийского пути после появления «Светоча» Атиши получила собственно тибетское понятие lam rim и дальнейшее концептуальное обоснование в учении lam rim, представленном в духовной традиции Тибета множеством текстов» [6, с. 137]. И это абсолютно верная позиция, поскольку тибетские авторы, стремясь изучить и усовершенствовать предложенное в трактате учение, создали единую тибетскую традицию, основанную на учении о постепенном пути ламрим — систематическом последовательном объяснении применения того или иного рода медитации в каждом отдельном случае. Поэтому мы согласны с И. С. Урбанаевой в том, что «ценность Ламрим заключается в стадиальном процессе трансформации и просветления, выражающий единство целостности философской теории и практики медитации» [7, с. 125].

«Светоч на пути к Пробуждению», являющийся в своем роде «манифестом реформы буддизма» [8, с. 357], представляет собой поэму из 287 семислоговых строк в 68 четверостишиях. Д. Э. Дарибазарон условно разделяет текст на 2 части: 1) Введение и 2) Путь высшей личности. Согласно ее описанию, первая часть содержит категоризацию индивидуумов на 3 типа личности: низший, средний и высший. Низшая личность характеризуется стремлением сокращения страданий, связанных с пребыванием в сансаре, и, как следствие, обеспечением себе благоприятного перерождения в мире богов или людей посредством накопления добродетелей и благой кармы. При этом низшая личность не пытается освободиться от сансары. Средние личности, напротив, отличаются стремлением освобождения от страданий сансары путем достижения нирваны. В свою очередь, высшие личности ставят перед собой цель достичь всеведения, состояния Будды, позволяющее освободить от страданий сансары не только себя, но и всех живых су-

ществ [1, с. 132]. Судя по изложенным особенностям, второй и третий типы соответствуют практикам Хинаяны и Махаяны. Примечательно то, что индивидуумы первого типа, согласно Атише, также причисляются к духовным практикам.

Вторая часть «Светоча» – Путь высшей личности, содержит описание пути, который заключается в следующих этапах:

1. Принятие прибежища в Трех Драгоценностях (Будда, Дхарма и Сангха).
2. Порождение бодхичитты, устремления к достижению состояния Будды во благо всех живых существ, что предполагает принятие обетов бодхисаттвы и их неукоснительного соблюдения.

3. Культивация нравственного поведения, медитативного сосредоточения и мудрости, шести парамит. Атиша подчеркивает, что принятие монашеских обетов служит катализатором на пути к Пробуждению.

В заключительной части текста говорится о том, что Пробуждения можно достичь в сравнительно короткий срок с помощью тантрических практик под руководством компетентного духовного наставника [1, с. 133]. Огромная заслуга Атиши заключается в том, что он возродил учение Будды в стране и дал импульс развитию позиций еще сохранявшихся ее «обломков». Вдохновленные мастера буддийского учения начали повсеместно создавать школы, передавая свою интерпретацию постепенного пути просветления. Соответственно, в каждой школе тибетского буддизма — кадампа, сакьяпа, кагьюпа, ньигмапа — начали создаваться свои базовые тексты по ламриму.

Однако мы согласны с мнением И. С. Урбанаевой в том, что именно Чже Цзонхава дал окончательное обоснование тибетской системы постепенного пути в его закономерной связи с индийской классикой буддизма. Среди его собрания трудов три текста ламрим имеют большое значение для тибетского буддизма и всей тибетской цивилизации [6, с. 137].

Роль Цзонхавы (1357–1419) во многом заключается в том, что он, будучи носителем традиций всех тибетских школ, объединил в трех текстах все линии передачи и объяснения ламрима: «Большой Ламрим» – полное название «Этапы пути к Пробуждению, где полностью показаны ступени практики для трех родов личностей», «Средний Ламрим» и «Краткий Ламрим». Тем самым, дав окончательное обоснование учения, Цзонхава прокомментировал сочинение Атиши «Бодхипатхапрадипа», связав теорию и практику Винаи с системой религиозного образования и проблемой последовательности в принятии каждой из трех категорий обетов — пратимокши, бодхисаттвы и гухьямантры. Итак, создавая свой комментарий к «Бодхипатхапрадипе», Цзонхава попытался проанализировать догматическую и философскую проблематику этого текста, опираясь на индo-буддийские тексты, основополагающие для школы кадампа: «Абхисамаяаламкара-сутра», «Бодхисаттвабхуми», «Шикшасамуччая», «Бодхисаттва-ачарья аватара», «Джатакамала» и «Уданаварга». Далее, он исследовал трактаты теоретика махаянской школы Виджнянавада (другое название — Йогачара) Асанги — «Шравакабхуми» и «Самхитабхуми» и сочинение Камалашилы «Бхаванакрама», а также ряд трактатов школы Мадхьямика — комментарий Буддхапалиты к «Муламадхьямика-карикe», «Мадхьямика-аватара» Чандракирти, «Чатухшатака» Арьядевы и некоторые др. Анализируя все эти тексты, Цзонхава изучил махаян-

ские воззрения на проблему пути к освобождению, на соотношение пути шраваков (монахов) и пути бодхисаттв.

«Ламрим ченмо» состоит из восьми книг, представляющих собой энциклопедическую презентацию предмета, и насчитывает более 450 страниц. Во введении содержатся историко-биографические данные об Атише, способы изучения и проповеди Дхармы; во второй книге предложен развернутый анализ трехчленной типологии личности. В трех последующих книгах дано руководство для трех типов личности: низшего, среднего и высшего — в последней также рассмотрены пути бодхисаттвы. Далее, в шестой книге «Успокоение сознания» представлено учение о развитии внутренней природы пятой парамиты, то есть способности «совершенного созерцания»; в седьмой — «постижение того, что реально существует» — учение о развитии внутренней природы шестой парамиты, то есть мудрости. И, наконец, заключительные замечания, касающиеся интерпретации понятия «путь» и места Ваджраяны — тантрического этапа, находятся в итоговой, восьмой книге. Д. Э. Дарибазарон предлагает следующую структуру текста:

«1. Практики низшей личности:

- Вверение себя духовному наставнику, опоре пути.
- Размышление о драгоценном человеческом перерождении, непостоянстве и изменчивости существования, неизбежности смерти.

- Размышление о страданиях низших миров.

- Прибежище в Трех Драгоценностях — Будде, Дхарме и Сангхе.

- Размышление о законе причины и следствия (кармы).

2. Практики средней личности:

- Страдания, присущие сансаре в целом, в т. ч. страдания высших миров.

- Причины сансары и путь освобождения: бесконтрольным перерождением в сансаре человечество обязано карме, которая, в свою очередь, создается омрачениями. Для освобождения из сансарического круговорота необходимо следовать этическим нормам и самодисциплине, культивировать однонаправленную концентрацию и сохранять аналитическую медитацию.

3. Практики высшей личности:

- Порождение бодхичитты, стремления достичь Пробуждения во благо всех живых существ; методы ее порождения, шесть парамит.

- Безмятежность. Описывается успокоение, как телесное, так и умственное, в противоположность волнению, а также рассматривается связь безмятежности и проникновения, различные факторы культивации безмятежности и т. д.

- Проникновение» [1, с. 132–133].

Д. Э. Дарибазарон вполне обоснованно полагает, что при написании раздела о «Безмятежности» Цзонхава опирается на взгляды Асанги, о чем свидетельствует множество цитат из «Абхидхарма-самуччая» и «Шравака-бхуми». Цзонхава также ссылается на «Самдхи-ниромачана-сутру» и «Праджняпарамитападешу». В разделе, посвященном «Проникновению», подробно говорится о двух уровнях понимания учения Будды — буквальном и интерпретируемом, а также двух истинах — относительной и абсолютной. В изложении теории пустоты в двух ее аспектах — опровержение независимого существования и постулирование взаимозависимого происхождения — Цзонхава следует взглядам Мадхьямики-прасангики, изложенной Нагарджуной и его последователями — Буддапалитой (V в.),

Бхававивекой (VI в.) и Чандракирти (VII в.). Цзонхава также рассматривает взгляды других философских школ, последовательно опровергая их. Этот раздел достаточно объемно и выступает как самостоятельное сочинение под названием «Большое руководство по проникновению». В двух последних разделах заключается выдающийся вклад Цзонхавы в развитие буддийской мысли, философии и духовных традиций в целом. В заключении говорится о том, что для дальнейшего духовного прогресса необходимо практиковать тантру [1, с. 132–133].

Главный постулат, развивающийся на протяжении всех разделов «Ламрим ченмо», гласит о необходимости последовательного изучения Дхармы, сопровождающегося принятием все более строгих обетов Пратимокши, начиная от мирских и заканчивая монашескими. Согласно Цзонхаве сочетание сострадания, мудрости и тантрических ритуалов направлено на образовательный аспект Учения, способствующего обучению Дхармы и, соответственно, оказанию действенной духовной помощи. Итак, «Ламрим ченмо» представляет собой практическое пособие по освоению буддийской религиозной доктрины, которое может быть использовано и в качестве руководства для ее преподавания. Таким образом, трактат «Ламрим ченмо» стал своего рода теоретическим обоснованием предстоящей реформы Цзонхавы.

И. С. Урбанаева убеждена, что благодаря усилиям Цзонхавы ламрим стал «не только системой инструкций для практики, но также уникальным типом практической философии и интегральной формой фундаментальных буддийских доктрин (учение о четырех благородных истинах, доктрина взаимозависимого возникновения, теория двух истин, доктрины ваджраяны)» [7, с. 319]. И это мнение неоспоримо, ведь в результате деятельности Атиши и Цзонхавы учение Будды обрело некую системность и целостность философской теории и практики медитации с учетом возможностей каждого человека. Таким образом, мы поддерживаем мнение И. С. Урбанаевой о том, что «тибетцы с помощью этих великих личностей смогли упорядочить для себя философскую теорию и практику медитации как некую целостную систему Учения Будды, во-первых, основанную на подлинных Словах Будды и классических индийских текстах. Во-вторых, они смогли осознать, что все Слово Будды предназначено в правильной последовательности для индивидуальной практики каждого. Учение Lam rim выстраивает практику Дхармы так, что учитывает потенциал каждого практикующего и особенности его менталитета» [7, с. 63–64].

Учение Ламрим составляло основу духовной практики для всех тибетских школ. Так, традиция ньингма представлена сразу несколькими текстами, такими как фундаментальный текст Дза Патрула Ринпоче (1808–1887) «Устная передача всеблагого Ламы» [5], специальный текст в этом жанре под названием «Драгоценная лестница: Ламрим школы Ньингма» Минлин Терчен Гюрме Дордже [3], известного также как Тэрдак Лингпа (1646–1714), а также «Семь трактатов» Лонгченпы, которые хоть и не являются специальными текстами ламрим, все же объясняют стадии Пути. Школа Кагью базируется на тексте ламрим под названием «Драгоценное украшение освобождения», написанном Гампой. «Три традиции и три видения» в школе Сакья также объясняют этапы пути.

Объединение в конце XIV в. Цзонхавой воедино всех линий передачи и объяснения ламрима стало началом в реализации основной его идеи. Его главной

идеологической целью было объединение школ тибетского буддизма под одной эгидой и утверждение этой школы в качестве оплота государственной и административной власти. Именно это стало смыслом реформ Цзонхавы и появления на свет школы Гелугпа с формированием института далай лам как верховных священнослужителей и глав государственной власти.

### *Литература*

1. Дарибазарон Д. Э. Ламрим как жанр тибетской буддийской литературы // Вестник Бурятского государственного университета. — 2015. — Вып. 8. — С. 131–136.
2. Крапивина Р. Н. Украшение из Постижений (5–7 главы) / пер. с тиб., предисл., введ. и коммент. Р. Н. Крапивиной. — СПб.: Нестор-История, 2014. — 736 с.
3. Минлинг Тэрчен Дорджи. Драгоценная лестница: Ламрим школы Ньингма. Комментарий досточтимого Гардже Камтрул Ринпоче. — СПб.: Ясный Свет, 1997. — 250 с.
4. Нестеркин С. П. «Абхисамаяламкара» в Индии и Тибете // Тибетский буддизм: теория и практика: сб. науч. ст. — Новосибирск: Наука, 1995. — С. 146–164.
5. Патрул Ринпоче. Слова моего всеблагого Учителя: устные наставления по предварительным практикам учения Дзогчен Лонгчен Нингтиг / пер. с тиб. и ред. Сонам Т. Кази; пер. с англ. Ф. Маликова. — СПб.: Уддияна, 2004. — 536 с.
6. Урбанаева И. С., Петонова Д. О. «Великие дебаты в Самье» и вклад Атиши и Цонкапы в утверждение индо-тибетской традиции ламрим как основы буддийской цивилизации Тибета // Вестник БНЦ СО РАН. — 2013. — № 1(9). — С. 136–150.
7. Урбанаева И. С. Становление тибетской и китайской махаяны: в контексте проблемы аутентичного буддизма. — Улан-Удэ: Изд-во БНЦ СО РАН, 2014. — 364 с.
8. Chattopadhyaya A. Atisa and Tibet. — Calcutta: Indian Publishers Studies, 1967.
9. Tibetan literature studies in genre / ed. by J. I. Cabezon, R. R. Jackson. — Snow Lion Publications, 1996. — 549 p.

### LAMRIM IN TIBETAN BUDDHIST TRADITION

*Aryuna Ts. Gulgenova*

PhD in History, Consultant, Information and Analytical Department,  
Buryat State University,  
24a Smolina St., Ulan-Ude 670000, Russia  
E-mail: agulgenova@mail.ru

The article deals with the concept of lamrim, its content and significance in tradition of Tibetan Buddhism. We consider lamrim as a special philosophical genre of Tibetan Buddhist literature. A brief analysis of the content and characteristics of two fundamental works "The Lamp on the Path to Enlightenment" by Jowo Atisha and "Big Guide to the Way to Enlightenment" (Lamrim Chenmo) by Je Tsongkhapa is presented in the article. Based on these works we analyze the impact of Indo-Tibetan tradition of Buddhism on spiritual foundations of Tibetan civilization. All this made it possible to prove the significance of Lamrim teachings for Tibetan Buddhism.

*Keywords:* lamrim, Abhisamayalamkara, Prajnaparamita, Gelug-pa tradition, the Gradual Path to Enlightenment.

### *References*

1. Daribazaron D. E. Lamrim kak zhanr tibetskoi buddiiskoi literatury [Lamrim as a Genre of Tibetan Buddhist Literature]. *Vestnik Buryatskogo gosuniversiteta — Bulletin of Buryat State University*. 2015. V. 8. Pp. 131–136.

- 
2. Thrangu Rinpoche. *The Ornament of Clear Realization: A Commentary on the Prajnaparamita of the Maitreya Buddha* (Skt. *Abhisamayalankara-prajnaparamita-upadesha-shastra*). Sri Satguru Publications, 2001. (transl. from Tibetan)
  3. Minling Terchen Gyurme Dorjee. *The Jewel Ladder: A Preliminary Nyingma Lamrim*. Library of Tibetan Works and Archives, 1990. (transl. from Tibetan)
  4. Nesterkin S. P. «Abkhisamayalamkara» v Indii i Tibete ["Abhisamayalamkara" in India and Tibet]. *Tibetskii buddizm: teoriya i praktika — Tibetan Buddhism: Theory and Practice*. Novosibirsk: Nauka Publ., 1995. Pp. 146–164.
  5. Patrul Rinpoche. *The Words of My Perfect Teacher*. First University Press Edition, 2011.
  6. Urbanaeva I. S., Petonova D. O. «Velikie debaty v Sam'e» i vklad Atishi i Tsonkapy v utverzhenie indo-tibetskoi traditsii lamrim kak osnovy buddiiskoi tsivilizatsii Tibeta ["The Great Debate at Samye" and Atisha and Tsongkhapa's Contribution to Formation of Indo-Tibetan Tradition of Lamrim as Foundations of Buddhist Civilization in Tibet]. *Vestnik BNTs SO RAN — Bulletin of BSC SB RAS*. 2013. No. 1 (9). Pp. 136–150.
  7. Urbanaeva I. S. *Stanovlenie tibetskoi i kitaiskoi makhayany: v kontekste problemy autentichnogo buddizma* [Formation of Tibetan and Chinese Mahayana: in the Context of Authentic Buddhism]. Ulan-Ude: BSC SB RAS Publ., 2014. 364 p.
  8. Chattopadhyaya A. *Atisa and Tibet*. Calcutta: Indian Publishers Studies, 1967.
  9. *Tibetan Literature Studies in Genre* / ed. by Cabezon, Jose Ignacio, Jackson, Roger R. Snow Lion Publications, 1996, 549 p.