

Компаративістській аналіз основних аспектів застосування психопрактики в індуїзмі та християнстві

Досліджується медитативна практика в індійській та християнській традиції. В цьому аспекті автор намагається дослідити езотеричні основи християнства.

Ключові слова: психопрактика, індуїзм, ісихазм, езотерична традиція, йога.

Як відомо, традиційним для релігієзнавства в аналізі структури релігії є виділення такого важливого компоненту, як «релігійна свідомість», без якої, власне, неможливо уявити собі існування жодної релігії. Саме релігія накопичила величезний як теоретичний, так і практичний пласт методів, за допомогою яких вона завжди мала вплив на психіку віруючих, причому не лише на їх емоційний стан, а й на глибинні структури підсвідомого. Іншими словами, це надавало можливість віруючому не лише на певний час увійти в стан зміненої свідомості, але й вело до довгочасної реструктуризації особистості, тобто формування особистості, що має інтенцію до певного релігійного ідеалу.

Незаангажоване дослідження проблеми психопрактики або медитації в нашій країні стало можливим лише з початком процесів демократизації, що почалися в середині 80-х років ХХ ст. Атеїстична пропаганда, що велася на протязі існування радянської влади, не давала такої можливості, оскільки з точки зору марксистсько-ленінського вчення, релігія була нічим іншим, як «опіумом народу», а віруючі, відповідно, повинні були сприйматися в якості людей, котрі ще не позбавилися від релігійних забобонів, тобто відсталих елементів серед свідомих будівників світлого майбутнього.

Таким чином, можна вважати, що саме процеси демократизації, що почалися майже чверть століття тому в колишньому Радянському Союзі, надали можливість дослідження вітчизняними авторами проблем, пов'язаних з медитативними релігійними практиками. В країнах Заходу ці наукові пошуки почалися інтенсивно вестися на декілька десятків років раніше, що, на наш погляд, в першу чергу є пов'язаним з рухом контркультури, котрий виявився своєрідним симптомом кризи науково-технічного прогресу і пробудження цікавості безпосередньо до духовних можливостей людини. Зарубіжні дослідження репрезентовані такими дослідниками як: Александер Ф., Бекк Р., Брэнтон П., Готвальд Ф-Т., Селесник Ш., Ховальд В., Уилбер К. Almond P., Ellwood R.S., Cattell R.B., Fischer R. A., James W., Katsuki S., Maslow A.H., Moore P., Noyes R., Suzuki D.T.

До авторів–дослідників країн СНД можна віднести Н. Абаєва, Ю.Іванова, Ю.Каптена, А.Сафронова, Е. Торчинова, С. Хоружого та ін. В той же час можна зазначити, що релігійні психопрактики ще не отримали належного їм місця в науковій літературі в якості окремого об'єкта дослідження, ще в більшій мірі це стосується проведення компаративістського аналізу різних релігійних напрямків, наприклад, індуїзму та християнства, оскільки подібний аналіз в більшій мірі здійснювався не стільки науковцями, скільки представниками теософії та різних окултно–релігійних систем, наприклад, О.Блаватською, А.Безант, Йогом Рамачаракою, Муаматою Ешбі, Е.Профет та ін.

Актуальність теми дослідження викликана з одного боку тим, що індійська релігійність має досить високий рейтинг популярності як в країнах Заходу, так і зокрема в Україні, а саме – в якості поширення різних систем йоги, неоорієнталістських культів та буддизму, як однієї з світових релігій. Діалог християнства та індуїзму як релігій уособлюють собою також діалог двох культур – західної та східної.

Важливим фактом є також те, що сучасне суспільство, пройшовши шлях захоплення науково–технічним прогресом, котрий породив немало глобальних проблем, повертається до проблем людини, причому, в першу чергу, пов'язаних з дослідженням можливостей її свідомості та психіки. Психопрактика, в тому числі й релігійна, в цьому плані може розглядатися як вагомий чинник формування особистості та розвитку її різноманітних здібностей. В той же час треба враховувати, що досвід використання різних видів релігійних психопрактик в сучасному суспільстві явно не однозначний. З одного боку, елементи цих систем можуть успішно застосовуватися і застосовуються з терапевтичною метою в психоаналізі та нетрадиційній медицині, а також в досягненні успіхів в кар'єрі, бізнесі. З іншого боку, різні види психопрактик служать базою для пошуку нових методів в рекламі, що нав'язливо пропонує ті чи інші види товарів або послуг, появи нових харизматичних лідерів в неорелігіях і навіть в інформаційній війні. Порівнюючи психопрактики індуїзму та християнства, ми маємо можливість провести паралелі між цими двома релігійними системами, щоб в порівнянні краще зрозуміти роль і особливості медитативної практики, яку застосовують дані релігії. Це в певній мірі дасть можливість підійти до вирішення проблеми, яку, наприклад, піднімає сучасний український науковець А.Сафронов, в тому аспекті, як співвіднести східні психопрактики, що явно мали колосальний вплив на свої культури (наприклад, дзен, що являється духовним джерелом майже всіх елементів японської культури), і камерні практики на кшталт «Духовних вправ» І.Лойоли та ісихазму. І чи можна поставити в один ряд античні і середньовічні «мистецтва існування» з йогою, а грецьку «епімейю» («турботу про душу») з первісними ініціаціями? [1;3–4].

Проводячи компаративістський аналіз індуїзму і християнства, на наш погляд, також можна краще зрозуміти езотеричну частину останнього, іншими словами, його глибинні основи. До речі, автор, якого ми вже цитували, – А.Сафронов, на наш погляд, не зовсім коректно тлумачить термін «езотерика». Так, він пише: «Багато послідовників різних видів езотеричних практик (Є.Торчинов, С.Хоружий), не враховуючи факту принципової нетотожності релігії та езотерики, приходять до парадоксальних висновків. Езотеричні психопрактики не являються складовою частиною релігії або одним з методів релігійної практики, подібно до посту, молитви або покаяття, так як для більшості рядових віруючих були не

тільки недоступні, але й навіть незрозумілі. Більш того, езотеричні системи слід вважати зовсім окремим явищем в релігійному житті, оскільки вони несли релігієутворюючу функцію. Цікаво, що різниця між релігією та езотеричною практикою, що існувала «в межах» релігії, прекрасно усвідомлювалася самими послідовниками релігії» [1,134]. І далі даний автор наводить цитату проф. К.Ернста, котрий в своїй книзі «Суфізм» робить наступне зауваження: «Але найбільш цікаве відбувалося всякий раз, коли мої пакистанські знайомі, визнавали про мою роботу... Почувши, що я вивчаю іслам, і зокрема суфізм, той, хто цікавився, всім своїм виглядом висловлював здивування і говорив: «Ну ви ж повинні знати, що суфізм не має нічого спільно з ісламом» [1,134].

На наш же погляд, протиріччя між езотерикою і релігією потрібно розглядати в якості діалектичного протиріччя, або ж дії закону заперечення заперечення. Як вказує А.Безант: «Релігії даються світу їх Засновниками, незрівнянно більш мудримими, ніж ті народи, для котрих вони призначаються...» [2,15]. Іншими словами, езотерична частина будь-якої релігії, як правило, вже присутня в ній від її заснування, як це було з буддизмом, християнством чи іншими релігіями, але поширюючись вище, нова релігія зазвичай втрачає свою глибину, нерідко езотеричний та екзотеричний шлях існують паралельно, але це не означає, що між ними не має ніякого генетичного зв'язку.

Медитативна практика присутня в кожній релігійній релігійно-філософській системі. Особливо, без сумніву, вона розвинута в індуїзмі. Як вказують автори-упорядники книги «Індуїзм» Грицанов А.А. і Румянцева Т.Г.: «Йога – дітище індуїзму, завдяки котрій, останній і набув всесвітню популярність: саме подвижники йоги наглядно продемонстрували світові духовний і фізичний потенціал індуїстської культури» [3,289].

Нерідко у творах спеціалістів з йоги, останню розглядають не тільки в якості «інтеграції духовних, психічних і фізичних сил, що мають за мету встановлення контролю всіх п'яти рівнів свідомості (правильне і неправильне пізнання, сон-підсвідомість, уява і пам'ять)», як це роблять вищезазначені автори, але й вживається визначення «йога – це самадгі», самадгі ж (транс), як відомо, є кульмінацією або фіналом медитації.

Являючись самостійною дисципліною вдосконалення особистості, йога також входила як складова частина в багато інших індійських релігійно-філософських систем. Так з шести ортодоксальних індійських даршан, тільки матеріалістична школа черваків-локаятів не застосовувала логічну практику для досягнення вищих істин. Онтологію і гносеологію йога поділяє з філософською системою санх'я, в той же час йога являється практичним шляхом до звільнення з-під влади матеріального світу (майї) за допомогою розвитку, психічних і духовних сил людини.

Дослідники-сходознавці виділяють близько тисячі різних напрямків, с той же час традиційними вважаються чотири: Раджа-йога (шлях медитації), Дж'яна-йога (шлях пізнання), Карма-йога (шлях правильної дії) і Б'акті-йога (шлях відданої любові до Бога).

Розглядаючи проблему виникнення християнства, треба прийняти до уваги, що секти, котрі раніше за інших прийняли і визнали Христа за Месію і Бога, були сектами східних околиць імперії, де жили в основному нащадки різних близькосхідних народів. Для цих сект характерним було те, що разом з вченням Христа там можна було зустріти елементи мітраїзму, гностицизму або неоплатонізму, на що вказує один з відомих релігієзнавців Васильєв Л.С. [4,326–327]. В іншому місці даний автор

звертає увагу на попередників християнства, секти на кшталт есеїв, що вели замкнутий спосіб життя і від котрих християнство запозичило риси аскетизму, самозречення та благочестя. Відповідно до цього, на чолі ранньохристиянських сект стояли харизматичні лідери, аскети, пророки й вчителі, котрі відрізнялися від інших тим, що «мали видіння», прислухалися до «гласу Божому», «внутрішнього голосу» та вважалися «наділеними благодаттю» [4,329]. Далі, Васильєв Л.С. робить висновок, з яким можна посперечатися, а саме: «Легко зрозуміти, що часто вони (харизматичні лідери – В.М.) були людьми збуджуваними і психічно невірноваженими, і це не могло не позначатися на тому, що вони проповідували своїм послідовникам» [Там само]. Зазначимо, що в східних сектах, де проповідується аскетичний спосіб життя, зазвичай, тренується не лише тіло, а й сила волі, тому досягнення екстазу і виходу з нього відбувається не спонтанно, а за допомогою складної системи фізичного і психічного тренінгу. У ведичній літературі наші почуття зображуються у вигляді коней, а розум у вигляді наїзника, котрий повинен досконало ними керувати. Недарма люди, що досконало володіють собою іменуються почесним терміном «го-свами» – володар почуттів.

На даний час певну популярність отримали праці тих дослідників, які намагаються довести, що Христос певний період свого життя жив в Індії [5;6 та ін.]. Звичайно, з положеннями цих книг ортодоксальні християни можуть категорично не погоджуватися. Однак, певний генетичний зв'язок між християнством та східною релігійністю все ж важко заперечити. Цей зв'язок проглядається особливо чітко в езотеричній частині християнського вчення, навіть в термінології.

Так, в свій час в Індії виник культ тапасу, згадування про який можна зустріти в найстародавніших джерелах ведичної літератури. Тапас або аскетична практика був засобом досягнення могутності і навіть якісної трансформації людини. Вважалося, що за допомогою тапасу можна пробудити приховані здібності людини і тим самим перетворити її на свого роду чудотворця або навіть напівбога. На наш погляд, сенс аскетичної практики полягає в наступному: якщо розглядати людину як свого роду відкриту систему, що знаходиться в постійному енерго-інформаційному обміні з оточуючим середовищем, то стає зрозумілим логіка сприймання практики тапасу, як свого роду механізму накопичення безликої сили, що лежить в основі існування всього світу. Така сила може втрачатися, наприклад, в наслідок реалізації якогось бажання або здійснення гріха, передаватися від однієї людини іншій і навіть даруватися. А.Софронов в своїй монографії наводить влучний вираз академіка Б.Л.Смірнова: «Тапас являється розмінною монетою при торзі з богами» [1,145].

Подібна думку можна зустріти і в християнстві, коли Христос пропонує не збирати собі скарбів на Землі, а збирати їх на небі. Ця ідея особливо підтримувалася і розвивалася християнськими містиками. Наприклад, святий Серафим Саровський вказував: «Молитва, піст, пильнування і всякі інші справи християнські, наскільки б хорошими вони не були самі по собі, однак не в здійсненні лише їх полягає мета нашого християнського життя, хоча вони й служать необхідними засобами для досягнення її. Справжня ж мета життя нашого християнського полягає в стяганні Духа Святого Божого. Піст же, і пильнування, і молитва, і милостиня... суть засоби для стягнення Святого Духу Божого» [7,51]. Далі «стягнення» або набуття Святого Духу Серафим Саровський порівнює з заощадженням грошей і зберіганням їх в банку. Таким чином, якщо у ведизмі, найдавніший

формі індійської релігії, нарощування енергії служило для пробудження так званих сил сіддхі або паранормальних здібностей і трансформації людини у вищу істоту, то в більш пізніх релігіях в брахманізмі, буддизмі і в християнстві Тапас або стягнення Духу Божого розглядаються в основному в якості засобу для звільнення від матеріального світу і досягнення райського блаженства. При цьому вважається, що сили сіддхі (в християнстві – «отримання святих дарів») можуть лише заважати в цьому процесі. Так, Будді приписують слова: «Я володію сіддхі, але я соромлюся цього». В буддистських притчах є приклади того, коли засновник буддизму виганяв з своєї общини ченців, що мали необережність в присутності свідків заради марнославства продемонструвати ці сили.

Аналізуючи християнство, автору статті в своїх попередніх публікаціях не раз доводилося проводити демаркацію між раннім (містичним) християнством, до прийняття його офіційною римською релігією, і пізнім (догматичним), яке почало формуватися після Нікейського собору. Хоча сам Христос навчав шукати перш за все Царства Божого, підкреслюючи, що Царство Боже є всередині нас, однак, саме в християнстві був створений такий потужний соціальний інститут як церква, котра стала посередником між віруючими та Богом, тим самим підмінивши живий досвід самовдосконалення догматикою. Причому, чим більш зміцнювалася церква, тим більш догматичною релігією ставало християнство. Догматичність одкровення, яке проповідувала церква, диктувала обережність ставлення і навіть підозрілість до всякого містичного досвіду, а тим більше до самої ідеї особистого і поза церковного спілкування або єднання з Богом. Це відноситься як до православ'я, так і ще в більшій мірі до католицизму, з його тенденцією до схоластично-раціональних дискусій.

Таким чином, езотерична медитативна практика, закладена самим Ісусом, замінялася екзотеричною. В офіційному християнстві вона була в основному репрезентована у вигляді участі в богослужіннях та молитвах, як спільних, так й індивідуальних, котрі інколи тривали по декілька годин. В той же час езотерична частина так і не була знищена цілком і повністю. Вона існувала у вигляді психопрактик закритих чернечих католицьких орденів, до яких можна віднести домініканців, госпітальєрів, єзуїтів, тамплієрів. Діяльність цих орденів мала складну багаторівневу структуру, де вищі знання давалися лише посвяченим, як це є характерним для східних релігійних шкіл, тому діяльність вищих кіл цих орденів була недоступною не лише для рядових віруючих, але й для нижчих кіл орденської ієрархії. Хоча інформація про дані системи психопрактики є явно недостатньою, все ж, провівши певну реконструкцію, можна створити про неї певне враження. Так, наприклад, одне з висловлювань тамплієрів вказує: «Шукай багатства в серці своєму», що цілком відповідає не лише заклику Сократа: «Пізнай самого себе», але й всій індійській традиції, заснованій на логічній практиці. Ю.Каптен також відзначає, що система медитативної практики, розвинута засновником ордена єзуїтів Гнатом Лойовою, описувалася як «технологія уяви», котра була направлена на психічний розвиток індивіда та його духовну трансформацію і, посиляючись на зарубіжні дослідження [8,53–59], вказує на істотні співпадання між основними елементами цих духовних вправ, практикою йогічної медитації та фрейдівською психотерапією [9,24]. До існування закритих чернечих орденів католицька церква ставилася в більшості випадків лояльно, хоча історія пам'ятає знищення нею деяких орденів, наприклад, тамплієрів, на сорок один рік (з 1773 по 1814) була припинена діяльність ордену єзуїтів. Ще лояльніше ставилася

православна церква до існування ісихазму. В той же час, до наявності ересей та різноманітних сект, православ'я і католицизм, як два офіційні напрями в християнстві, вели безкомпромісну боротьбу, хоча вона так і не закінчилася їхньою повною перемогою.

Очевидно, існування містичних християнських сект було викликано з одного боку тим, що езотерична частина була закладена в християнстві з самого початку, тому немало щиро віруючих намагалися завжди відшукати глибини християнського вчення, а з іншого треба враховувати той факт, що епоха «великого переселення народів» в III–V ст. н.е. чинила великий вплив на ментальність європейця різними містичними, грецькими, римськими, а також східними віруваннями і практиками, які не змогла знищити навіть інквізиція.

Що стосується ісихазму, про який ми вже згадували, то тут вельми цікавою є полеміка між паламітами та варламітами, що розгорілася у Візантії в 30–40-і роки XIV ст. Вчений–богослов Варлаам Калабрійський, який мав тенденцію до західної схоластичної орієнтації, познайомився з містичним досвідом богопізнання, який високо цинив Григорій Палама. Є. Торчинов в своїй роботі наводить характеристику психопрактики ісихастів, яку дав їй Варлаам в своєму Посланні 5, до Ігнатія: «Вони посвятили мене в свої потворні і абсурдні вірування, описувати котрі принизливо для людини, яка володіє хоча б якимось інтелектом або хоча малою краплею здорового глузду, – вірування, що являються наслідком помилкових переконань і бурхливої уяви. Вони повідомили мене про дивне роз'єднання і поєднання розуму і душі, про зв'язок душі з демоном, про різницю між червоним і білим світлом, про розумні входи і виходи, що робляться ніздрями при диханні, про заслони навколо пупа і, нарешті, про бачення душею нашого Господа, бачення котрого реально і в повній сердечній переконаності відбувається всередині пупа» [10,480]. Полеміка, яка мала досить тривалий характер отримала своє вирішення на церковному соборі в Константинополі в 1341 році, котрий визнав ортодоксальність ісихастської практики і відповідно правоту Григорія Палами. Це, очевидно, визначило позитивне ставлення до містичного способу богопізнання і в подальшому у візантійській традиції.

До речі, Михайл Псел, візантійський теолог, філософ і державний діяч (нар. 1018 – помер бл. 1078.), котрий при імператриці Феодорі (1055–1056) займав посаду першого міністра, закликав до бережного ставлення до античної спадщини і критичному аналізу її положень в світлі християнського вчення. Він визнавав наявність «вищої філософії», як теології, що досягається лише осяганням згори, та «нижчою філософією», тобто науковим знанням, отриманим на рівні логіко–раціонального мислення. Цікавим фактом є те, що ця думка уже задовго до виникнення християнства вперше з'явилася в Упанішадах. Пізнання і набуття знань поділяються в них на два рівні: нижчий і вищий. Вважається, що на нижчому рівні можна пізнавати тільки оточуючу дійсність. Це знання не може бути істинним, бо воно за своїм змістом є фрагментарним, не повним. Вище – пізнання істини, тобто духовного абсолюту, це сприйняття буття в його цілості. Осягнути його можна тільки з допомогою містичної інтуїції, остання ж в свою чергу формується в значній мірі завдяки йогічним вправам. Саме вище знання, як вважалося, дає владу над світом. Таким чином, постанови Константинопольського собору 1341 року і підтримка містичної традиції не лише на богословському, але й на урядовому рівні відігравали велику роль в аспекті утвердження езотеричної психопрактики у Візантії, хоча

завоювання турками Константинополя в 1453 році нанесло відчутний удар як по ісихазму, так і по містичній православній традиції взагалі.

В цілому ж, порівнюючи йогічну практику з християнством, можна знайти немало спільного, особливо в його езотеричній частині. Якщо розглядати для порівняння восьмирічний шлях класичної йоги Патанджалі, неважко помітити, що процес самореалізації там починається із засвоєння правил Ями і Ніями, котрі регулюють етичне відношення садгака (учня) до оточуючого світу і самого себе. Йога суворо наголошує на старанному засвоєнні і слідуванні цим правилам, котрі являються базисом, фундаментом системи самореалізації. Яма (самоконтроль) складається з наступних компонентів: агімса (ненасильство); сат'я (правдивість); астейя (відмова від привласнення чужих речей); брахмачар'я (утримання від статевих стосунків); апаріграха (відсутність жадібності). Ніяма є слідування релігійним приписам, що включають наступні елементи: шауча (дотримання зовнішньої і внутрішньої чистоти); сантоша (задоволеність своїм життям); тапас (аскетизм); свадх'я (вивчення релігійної літератури) і атманіведана (віддане служіння Богу).

Як бачимо, принципи ями і ніями багато в чому співпадають з християнськими заповідями, або ж, в усякому випадку, не суперечать їм. В той же час можна зазначити, що сам Христос вважав головними дві заповіді, так звані заповіді любові – до Бога і до свого ближнього, де під ближніми розумілися навіть вороги. Таке розуміння любові, як любові безумовної (тобто, яка нічого не вимагає взамін) є надзвичайно характерним для індійської релігійно-філософської традиції. Культивування трансцендентальної любові до Бога, який в якості духовної монади присутній в кожній найдрібнішій часточці матерії (що, власне, означає любов до всього світу) – виділено в окремий напрям йоги – бгакті-йогу. Позиція бгакті-йоги: «Смирений мудрець одними очима бачить вченого браміна, корову, слона, собаку і собакоїда (недоторканого)» значною мірою співвідноситься зі словами Ісуса Христа в Нагірній проповіді: «Щоб ви були синами Отця нашого, що на небі, що наказує сходити сонцю Своєму над злими і над добрими, і дощ посилає на праведних і на неправедних. Коли ж ви любите тих, хто вас любить, то яку нагороду ви маєте? Хіба не те саме й митники роблять?» (Матв. V.45–46).

Після правил Ями і Ніями в Раджа-йозі йде Асана – прийняття відповідної пози. Згідно з йогівськими шастрами розрізняють 840 000 поз, з яких головними є 84. Асани можна поділити на дві групи: медитаційні та оздоровчі. Медитаційних поз є чотири: це поза лотосу, або падмасана, сіддгасана, свастикасана та сукгасана, або легка, зручна поза. До них додають ще ваджрасану – колінну позу, до якої вдаються ті, хто не може виконати інші чотири. Вважається, що фіксована поза сприяє зосередженню розуму і можливості позитивно сприймати оточуюче середовища позитивно навіть в екстремальних ситуаціях. В офіційному християнстві зазвичай застосовується в основному колінна поза, що є фактично тотожною ваджрасані.

У класичній системі йоги чільне місце займає пранаяма (контроль дихання), що є підготовчою фазою медитативного процесу. Пранаяма покликана впливати на фізіологічну складову людини, за рахунок зміни концентрації кисню і вуглекислого газу в крові, на емоційну складову, а також підвищувати енергетичний баланс людини, оскільки йоги впевнені, що за допомогою правильної системи дихання в організм попадає максимальна кількість прани – енергії, що знаходиться в повітрі.

Упанішади виділяють різні типи набору енергії – прани:

1) власне *пра́на*, тобто за допомогою легень, дихання взагалі;

2) *апа́на* – дихання, що йде з вдиханням донизу;

3) *вья́на* – дихання, що розливається по всьому тілу і підтримує життя між вдиханням і видиханням;

4) *удана́* – дихання, дихання, що йде вгору і фіксується в горлі;

5) *самана́* – загальне, центральне дихання, що знаходиться в центрі тіла і забезпечує дію системи травлення.

Якщо в офіційному християнстві спеціальних дихальних вправ немає, то в ісихазмі система дихання є вельми складною системою, яка відпрацьована до найменших деталей, хоча Варлаам Калабрійський, котрий так і не зміг досягнути сенс цієї системи, називав ісихастів «омфалопсихами» і «пуподушниками». В той же час можна зазначити, що навіть саме промовляння молитов створює певний ритм дихання, подібний до «класичного».

В системі раджа-йоги неодмінною складовою є прат்யагара, або відсторонення почуттів. Вважається, що як черепаха може втягнути свої лапи і голову в панцир, так і людина повинна володіти своїми емоціями, не дозволяючи негативним чинникам впливати на її психіку. Таким чином, вміння володіти собою є обов'язковим аспектом самореалізації особистості вважають послідовники йоги. В той ж час, християнство, яке утверджувалося на Київській Русі, діяло переважно на емоції віруючих, не переводячи їх в переконання. Така свого роду некерованість, або недостатня керованість, очевидно, й породила міф про загадковість слов'янської душі, оскільки саме серед слов'ян завжди спостерігалася тенденція до здійснення не зовсім зрозумілих з точки зору раціонального мислення або й зовсім несподіваних вчинків.

Власне медитаційний процес починається з дгарани – зосередження. Йоги вважають, що дгарана (зосередження) – це фіксація свідомості; а дг'яна (медитація) – це безпосередній потік однієї думки.

Одним із способів концентрації уваги як в індуїзмі, так і в християнстві є перебирання чоток під час молитви. Власне, цей прийом характерний для багатьох релігій. Крім суто психологічного, маніпуляції з чотками або дрібними предметами мають, без сумніву, також фізіологічний ефект. Так звана суджок-терапія вчить, що на великому пальці знаходяться точки, які пов'язані з головним мозком, тому потирання їх стимулює мозкові процеси. Як в індуїзмі, так і в християнстві в концентрація уваги задіяні всі органи почуттів. Зосередженість слуху реалізується в християнстві через повторювання молитов.

Так, святий Серафим Саровський медитував годинами, повторюючи подібно до ісихастів Ісусову молитву («Господи Ісусе Христе, Сине Божий, помилуй мя грішного» [7]). Дана практика практично повністю співпадає з індійською джапа-медитацією, яка застосовується в першу чергу в бгакті-йозі, де багатократно повторюються мантри, які зазвичай означають ім'я або імена бога. Зорова концентрація в індуїзмі полягає в зосередженні на трикуті – точці між бровами, як це роблять раджа-йогини, Ведантисти на трикуті або маківці голови, відомі прийоми зосередження на кінчику носа, пупці, або муладгарі (місці під нижнім хребцем спинного хребта) та інших чакрах, енергетичних центрах. Представники бгакті-йоги зосереджуються на зображенні ішта-девати, індивідуальному богу або божественній істоті, який вони поклоняються. Подібна практика спостерігається і в християнстві, де зосередження відбувається на іконах,

а в ісихазмі та подібних містичних напрямках – на серці та інших енергетичних центрах. Вдихання пахоців (в індійській традиції для цього запалюють ароматичні палички, в християнській – ладан) є також свого роду зосередженням. Таким чином, зосередженість, де задіяні всі органи почуттів, покликано допомогти практикуючому увійти у відповідних змінений стан свідомості, а саме в стан медитації.

Медитація може бути не лише індивідуальна, але й групова, в тому числі динамічна, що полягає в постійній зміні положень тіла, як це спостерігається в бгакті-йозі. Порівнюючи індуїзм з християнством, можна зазначити, що за царя Давида обряди, що здійснювалися перед ковчегом Божим, певною мірою нагадують таку динамічну медитацію: «І призвав Давид священників: Садока і Авіафара, і левітів: Уріїла, Асаїю, Іоїля, Шеманію, Елієля, і Амінадава. І сказав їм: ви, начальники родів левітських, освятіться самі і брати ваші, і принесете ковчег Господа, Бога Ізраїлева, на місце, котре я приготував для нього... І освятилися священники і левіти для того, щоб нести ковчег Господа, Бога Ізраїлева. І понесли сини левітів ковчег Божий, як заповідав Мойсей по слову Господа, на плечах, на палицях. І наказав Давид начальникам левітів поставити братів своїх півчих з музичними інструментами, з псалтирями і цитрами і кімвалами, щоб вони гучно проголошували голос радощів... Еман, Асаф і Ефан грали гучно на мідних кімвалах. А Захарія, Азіїл, Шемірамоф, Іехіїл, Уїній, Еліав, Маасей і Ванея – на псалтирях, тонким голосом. Маттафія ж, Еліфлеуй, Мікней, Овед–Едом, Іеїел і Азасія – на цитрах. Щоб робити начало. А Хенанія, начальник левітів, був вчителем співів, тому що був досконалим в ньому... Шеванія, Іосафат, Нафанаїл, Амасай, Захарія, Ванея і Еліезер, священники, трубили трубами перед ковчегом Божим... Так Давид і старійшини Ізраїлеві і тисяченачальники пішли перенести ковчег завіту Господня з дому Овед–Едомова з веселощами. Давид був одягнутий в одяг з віссону а також всі левіти, що несли ковчег, і півчі, і Хенанія, начальник музик і півчих. На Давидові ж був ще лляний ефод. Так весь Ізраїль вносив ковчег заповіту Господня з вигуками, при звучанні рогу і труб і кімвалів, граючи на псалтирях і цитрах. Коли ковчег завіту Господня входив в місто Давидове, Мелхола, дочка Саулова, дивлячись у вікно і побачивши царя, що скаче і веселиться, принизила його в серці своєму» (1 Пар. 15.11, 12, 14, 15, 16, 19, 20, 21, 22, 24, 25, 27, 28, 29).

Подібна динамічна медитація знімає нервову напругу, позбавляє різних психологічних комплексів, формує радісно-оптимістичні установки, нейтралізує почуття відчуженості, розвиває уяву тощо.

У цьому відношенні цікавими є спостереження російського психофізіолога К.І. Платонова над піддослідними, що перебували в гіпнотичному стані. Він викликав у них різні емоції шляхом однієї лише пасивної зміни положення рук; при цьому змінювалися й фізіологічні параметри організму. На думку дослідника, імпульси, що йдуть у кору головного мозку від певних груп скорочених м'язів, активізують образ, який у минулому поєднувався в людини з певним емоційним станом та фізіологічними реакціями.

До речі, емоційно-формуючий вплив поз та рухів складає азбуку балету, а їх поєднання дозволяє глядачеві не лише зрозуміти зміст дії, а й емоційно співпереживати героям і навіть певною мірою мимовільно відтворювати їхні рухи своїми м'язовими мікрореакціями, тим самим змінюючи свій психофізіологічний стан. Психологічний механізм колективної динамічної медитації тісно пов'язаний з «ефектом натовпу».

Психологи відзначають, що в натовпі передача певного емоційного стану значно підвищується, так само як і навіювання людини. Очевидно, звідси йде посилена увага як в системі бгакті–йоги, так і в християнстві до групових форм духовної практики. В католицизмі і православ'ї це реалізується в першу чергу посередництвом проведення пишних літургій.

Що стосується містичних православних сект (хлисти, скопці, духовбори), котрі відкидали зовнішню обрядовість і закликали замінити її містичним досвідом, реалізовували це прагнення шляхом динамічної групової психопрактики – радіння.

Щодо другого ступеня медитативного процесу – власне медитації, дг'яни, передусім слід відзначити, що в його основі лежить принцип розвитку образного мислення, або ейдетризму, та задіяння резервних структур підсвідомого. Даний ефект досягається за допомогою відключення на певний час лівої півкулі, що відповідає за логічне мислення і включення потужної правої півкулі, що відповідає за образне мислення.

В індуїзмі медитацію поділяють на конкретну та абстрактну, зазвичай вважаючи абстрактну – вищим рівнем медитації. В традиційному християнстві в основному застосовується конкретна медитаційна практика, що виражена в основному в спогляданні лику Бога та святих на іконах.

Медитація сприяє певному зняттю відчуття відчуженості, яке нерідко притаманне пересічній людині, оскільки при відключенні лівої півкулі й інтенсивному включенні правої остання здатна знаходити і встановлювати такі зв'язки і структури, котрі ліва осягнути не може. Усунення в цьому процесі логічних протиріч викликає відчуття гармонії, радощів, екстазу. Таким чином, медитацію можна розглядати як процес мобілізації резервних сил головного мозку, яка досягається шляхом розвитку здатності до концентрації уваги та входженню в стан зміненої свідомості.

В той же час, можна вказати, що релігія, як індуїзм, так і християнство, використовує здатність правої півкулі створювати такі образи та зв'язки, котрі відсутні в матеріальній дійсності. Велике значення в цьому процесі має формування під час культової практики релігійної домінанті у психіці віруючого. Віруючому рекомендується розглядати об'єктивну реальність лише як вияв милості Бога, вбачаючи сенс своєї діяльності у присвяті свого життя служінню йому. Така установка може вести до відродження у архаїчної та міфологічної свідомості.

Однак слід відзначити, що відродження міфологічної свідомості має не тільки недоліки, наприклад, втрату критичного сприйняття дійсності, а й позитивні моменти. Як відомо, для дорослої людини характерний певний консерватизм мислення, що, очевидно, закладено в генній пам'яті. Вона гірше піддається навчанню, ніж дитина, для якої, особливо в ранньому віці, ще не існує жорстких рамок, обмежень, шаблонів поведінки. Виходячи з цього, низка релігійних, особливо східних та містичних систем пропонують повернутися в дорослому віці до дитячої безпосередності, щоб розбудити в собі творче начало. Відомий вираз даосизму: «У старості людина міцна і тверда, в дитинстві м'яка і слабка». Те ж саме говорив і маг Дон Гуан – герой відомої книги Карлоса Кастанеди «Вчення Дона Гуана, індійця з племені які»: «Світ, який ти сприймаєш, створений твоїми батьками. Це твоя бульбашка сприйняття, котру я в тобі повинен зруйнувати. Тоді на тебе нахлине справжній чарівний світ, в якому можливо все, чого ти побажаєш». Така містична позиція не суперечить, власне, і науковому підходу. Геніальний Альберт Ейнштейн на запитання про те, як робляться відкриття, відповів: «Усі знають, що це неможливо зробити,

але знаходиться невіглас, котрий цього не знає, й тому робить відкриття». Таким чином, відродження міфологічного мислення спонукає не замикатися в рамках формальної логіки, а дає установку на безмежність людських можливостей.

Таким чином, можна зробити висновки, що медитативна практика є обов'язковою частиною релігії. Порівнюючи індуїзм і християнство, можна знайти багато спільних елементів, особливо в його езотеричній частині. В той же час в офіційному християнстві, яке завжди діяло в основному за допомогою обрядовості, не розкриваються його глибинні можливості. Очевидно, це стимулювало певні духовні пошуки, котрі нерідко приводили до захоплення індійською релігійністю, яка вказувала індивідуальний шлях самореалізації і навіть богореалізації.

Література

1. Сафронов А.Г. Религиозные психопрактики в истории культуры. – Харьков: ХГАК, 2004. – 304 с.
2. Безант А. Эзотерическое христианство. – М., 1991. – 194 с.
3. Индуизм / Авторы–сост. А.А. Грицанов, Т.Г. Румянцева. – Минск: «Книжный Дом, 2006. – 384 с.
4. Васильев Л.С. История религий Востока. Учебное пособие для вузов. – 8-е изд. – М.: КДУ, 2006. – 704 с.
5. Э.К.Профет. Утерянные годы Иисуса. – М.: «Лонгфелло», 2004. – 353 с.
6. Хольгер Керстен. Иисус жил в Индии. – М.: «Энеагон пресс», 2007. – 296 с.
7. Святый преподобный Серафим Саровский чудотворец (его жизнь и подвиги, с приложением наставлений для монашествующих). Одесса, 1903–Репр. – М.: Изд-во «Р. С.», Московская патриархия. – 1990. – 64 с.
8. Rappoport L., Antonio T. de Nicolas. Ignatian metaphysics and the «Technology of imagination»: a review of «Powers of Imagination» by Antonio T. de Nicolas // Hum. Dev., 1989, vol. 32, No 1, p.53–59.
9. Кантен Ю.А. Основы медитации. – СПб.: «Андреев и сыновья», 1991. – 329 с.
10. Торчинов Е.А. Религии мира: опыт запредельного. Психотехника и транс персональное состояние. – 4-е изд. – СПб.: «Азбука–классика», «Петербургское Востоковедение», 2007. – 544 с.

Матвеев В.А. Компаративистский анализ основных аспектов применения психопрактики в индуизме и христианстве

Исследуется медитативная практика в индийской и христианской традиций. В ходе сравнения автор пытается исследовать эзотерические основы христианства.

Ключевые слова: психопрактика, индуизм, эзотерическая традиция, йога.

Matveev, V. O. Comparative analysis of the principal aspects of psychological practices application in Hinduism and Christianity

Investigation of meditation practices in the Indian and Christian traditions. In this aspect, the author attempts to investigate esoteric basis of Christianity.

Key words: psychological practices, Hinduism, Hesychasm, esoteric tradition, Yoga.