

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Національний університет «Києво-Могилянська академія»

Факультет гуманітарних наук

Кафедра філософії та релігієзнавства

Кваліфікаційна робота

(освітній ступінь – «бакалавр»)

на тему: **«Філософські ідеї у західному дзен-буддизмі другої половини XX століття
(за працями Алана Воттса)»**

Виконала: студентка 4-го року навчання,
Спеціальність: 033 Філософія
Маліновська Юлія Ігорівна

Керівник: Капранов Сергій Віталійович,
кандидат філософських наук, доцент

Рецензент _____
(прізвище та ініціали)

Кваліфікаційна робота захищена
з оцінкою «_____»

Секретар ЕК _____
«_____» _____ 20__ р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	С. 3-5
РОЗДІЛ І. ІСТОРІЯ ПОШИРЕННЯ ДЗЕН-БУДДИЗМУ.....	С. 6-15
РОЗДІЛ ІІ. РІЗНОВИДИ ДЗЕН. БУНТІВНИЙ ДЗЕН	С. 16-24
РОЗДІЛ ІІІ. ДЗЕН-БУДДИЗМ ТА ПСИХОТЕРАПІЯ.....	С. 25-37
ВИСНОВКИ.....	С. 38-40
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	С. 41-43

«Дзен-буддизм - це шлях і погляд на життя, які не належать будь-яким формальним категоріям сучасної західної думки. Це не релігія чи філософія; не психологія чи вид науки. Дзен-буддизм є прикладом того, що в Індії та Китаї вважали «шляхом звільнення», якій має повагу так само як Даосизм, Веданта та Йога.»¹

Алан Воттс

ВСТУП

У цій роботі я проводжу дослідження впливу східної філософії, а саме дзен-буддизму, на розвиток західного світогляду у другій половині ХХ століття. Аналіз здійснено на основі філософських ідей, їхній адаптації до способу життя та мислення західних людей. Джерельною базою дослідження є інтелектуальний доробок Алана Воттса, британського філософа та популяризатора східної філософії для західних реципієнтів.

Огляд охоплює період формування такого напрямку буддизму як дзен, поширення його на теренах Східного світу, а потім перенесення на Захід. Вплив дзен-буддизму на західне мислення та життя неможливо переоцінити. Він залишив відбиток й на звичайних життєвих діях та традиціях: чайна церемонія, дзюдо, мистецтво. Тож від початку свого знайомства з Заходом до сьогодення, він розширює сфери свого впливу та асимілюється з навколишнім середовищем. Оскільки суспільство змінюється, змінюються його потреби й, відповідно, форми дзен-буддизму як методи їхнього задоволення.

Вибір теми відповідає *актуальності* через напрямок на дослідження та розвиток філософських концепцій дзен-буддизму, які почали поширюватися на Заході менше століття тому. Тим паче, що проникнення дзен-буддизму у Західний світ досі триває. Зміни у суспільстві, його поведінці та бажаннях вимагає зміну філософії. Отже, тема буде актуальною доти, доки є зацікавлені у дзен-буддизмі західні люди.

¹ *«Zen Buddhism is a way and a view of life which does not belong to any of the formal categories of modern Western thought. It is not religion or philosophy; it is not a psychology or a type of science. It is an example of what is known in India and China as a “way of liberation,” and is similar in this respect to Taoism, Vedanta, and Yoga.»*
(Watts, Alan, *The way of Zen*, p. 18)

Стан наукової розробки теми розкривається у першому розділі, в якому вказано філософів та їхній вклад у розвиток та поширення дзен-буддизму. Основою моєї роботи є аналіз дослідження дзен-буддизму за Аланом Воттсом, який відмітив занепад західної психотерапії та можливий вплив на неї методів дзен-буддизму. Тому це питання залишається відкритим через виникнення нових проблем суспільства та пошуку способів їх вирішення.

Об'єктом мого дослідження є філософські ідеї у західному дзен-буддизмі другої половини XX століття. *Предметом* є філософська інтерпретація дзен-буддизму у працях Алана Воттса.

Метою є аналіз поглядів Алана Воттса на сутність дзен-буддизму та можливості його розвитку в рамках західної цивілізації, зокрема, порівняння його з західною психотерапією.

Моїми завданнями є:

1. Проаналізувати інтерпретацію Аланом Воттсом історії дзен-буддизму та поширення його на Заході;
2. Проаналізувати класифікацію основних видів дзен-буддизму у працях Алана Воттса;
3. Проаналізувати погляди Алана Воттса на спільні та відмінні риси дзен-буддизму та західної психотерапії, а також на перспективи їхньої взаємодії.

Структура роботи: I розділ, у якому досліджено історичний контекст дзен-буддизму – період його становлення, поширення та змін. Знайомство з історією є необхідною складовою дослідження для розуміння вчення та його мотивів, що залежать від країни та культури місця його формування. У II розділі проведено дослідження найпопулярніших різновидів дзен-буддизму. Перші п'ять різновидів відповідають японській культурі, хоча й мають різні рівні. Так само й на Заході вчення не має рівномірної та однакової форми. Дехто обирає авторитарний напрям з дисципліною та ієрархією. А хтось завдяки дзен-буддизму демонструє супротив встановленому державою порядку. Цей вид дзен

має суб'єктивний характер та схильність до приховання бажань і потягів за межами авторитарного дзен. Тому Алан Воттс назвав його бунтівним. У III розділі здійснено компаративний аналіз дзен-буддизму та психотерапії, психоаналізу. Під час порівняння було встановлено спільні цілі двох сфер та способи розв'язання проблем, що виникають протягом змін.

Теоретико-методологічні засади дослідження здійснено завдяки герменевтичному та компаративному методах (порівняльно-соціальний аналіз).

Джерельну базу дослідження складають шість праць Алана Воттса, бо саме за його спадщиною мені необхідно було дослідити західний дзен-буддизм, історію та зв'язок із західною культурою і психотерапією. Основною книгою для першого розділу є Алан Воттс *«The way of Zen»*, у якій автор дослідив походження та поширення дзен-буддизму. У другому розділі головною є стаття *«Beat Zen, square Zen, and Zen»*, яка розкрила адаптацію дзен до західного суспільства. А у третьому – праця Алана Воттса *«Психотерапія. Схід та Захід»*. Допоміжною літературою є: Капло, Ф. Р. *«ТРИ СТОВПА ДЗЕН. Вчення, практика і просвітлення»*, Судзукі Д., Кацукі С. *«Дзен-Буддизм: Основи Дзен-Буддизму. Практика Дзен»*, Капранов, С.В. *«ДЗЕН-БУДДИЗМ ТА ДУХОВНО-ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ЯПОНІЇ (ДРУГА ПОЛ. XIX–XX СТ.)»* та інші праці, що зазначені у списку джерел. Транскрибування термінології з японської здійснено на основі системи Федоришина М. *«Українська транскрипція японської мови»*. Львів, 1994; з китайської відповідно до АКАДЕМІЧНОЇ СИСТЕМИ ТРАНСКРИБУВАННЯ КИТАЙСЬКИХ СЛІВ ТА ВЛАСНИХ НАЗВ УКРАЇНСЬКОЮ МОВОЮ, затвердженої 26 червня 2019 р. на засіданні вченої ради Інституту сходознавства ім. А. Ю. Кримського НАН України (протокол №4); з санскриту за працею Бурби Д.В. *«Практична транскрипція санскритських власних назв та термінів в українській мові»*.

РОЗДІЛ I

ІСТОРІЯ ПОШИРЕННЯ ДЗЕН-БУДДИЗМУ

Дзен став найбільш популярним на Заході серед всіх видів буддизму. І з кожним роком він більше проникає до буденності та культури західного суспільства. Саме слово «дзен» має японське походження. Алан Воттс доклав багато зусиль, щоб заглибити західний світ у дзен-буддизм. Він знайомить нас не лише з практичною частиною, а починає своє дослідження з історичного контексту. У його книзі «Шлях дзен», вперше опублікованій у 1957 році, перший розділ присвячений саме витокам та розвитку дзен-буддизму, а друга частина присвячена принципам та практикам. Адже для того, щоб зрозуміти вчення необхідно пізнати його історичне та культурне підґрунтя.

Як зазначав Дюмулен у своїй праці «Історія Дзен-Буддизму», дзен абсолютно належить до буддистського вчення. Він з'явився завдяки буддизму та продовжує існувати у його межах. Адже наставники дзен саме завдяки буддизму є духовними людьми, що прагнуть пізнати істину абсолютного існування шляхом просвітлення. Так само і в культурному аспекті життя та мистецтві.²

Дзен-буддизм до першої взаємодії з Китаєм вже нараховував як мінімум дві сотні років існування у Північній Індії. Тому новому вченню знадобилося пристосуватися до традиційної культури та китайського складу розуму, але зі збереженням власної позиції. У книзі «Введення у дзен-буддизм» Судзукі підкреслив віддільність дзен-буддизму від букви, тому його основною ціллю є встановлення контакту з духом. А саме у дусі і є реальність. Вчення претендує на особливе одкровення без допомоги Святого Письма. В статті Н.Л. Богомазової «Релігійно-філософські аспекти доктрини дзен-буддизму в культурі Сходу та Заходу» авторка вказує, що дослівним перекладом дзен-буддизму є «Серце Будди». Тому й вчення не фіксувалося письмово, адже мова може викликати неточності у сприйнятті. Тож Будда використовував принцип передачі знання від серця до серця.³ Звідси й походить його незалежність від слів та літер. Сутність

² (Дюмулен, 2003, с. 289)

³ (Богомазова, 2015, с. 5)

дзен-буддизму збережена у чотирьох позиціях, авторство яких залишається невідомим. Тому вчення покликане на безслівний контакт із духовною сутністю людини, з метою пізнання природи людини та досягнення досконалості Будди.⁴

Щодо етимології слова, «дзен» - це японська вимова китайського слова «чань». А воно, у свою чергу, походить від санскритського слова «дг'яна»⁵, що в перекладі на українську - «медитація». Присутність медитації не заперечується у вченні, проте вона не є його основою. Однією з основних характеристик дзен можна назвати «прямоту».⁶ За її допомоги пробудження постає як щось природне та можливе у будь-який час, а не лише завдяки великим зусиллям як вимагають цього інші школи буддизму. Тож пробудження у дзен намагаються досягнути і через побутові речі та звичайні дії.

Отже, ще від давніх вчителів дзен до сьогодення пробудження шукають у повсякденності. Так само до середини існування династії Тан вчителі під час пояснення природи буддизму в цілому використовували слова чи звичайні дії, не пов'язані з філософськими роздумами. Тоді Дзен ще був на етапі формування. Алан Воттс вказує на існування школи дг'яни. Хоча й підтверджень цьому нема, проте принцип дзен «дунь-у» або раптового пробудження без спеціальної підготовки, цілком може бути запозиченим у індійському буддизмі. А відсутність матеріалів та письмових фактів підтверджує передання вчення прямим шляхом від вчителя до учня.⁷

Філософ розглянув велику кількість мудреців, від вчень яких вибудувалась картина становлення Дзен. Але за традиційною версією вважається, що Дзен до Китаю в Кантон приніс індійський монах Бодгідгарма⁸ у 520 році. Цієї ж легенди дотримувався і Судзукі. Бодгідгарма взяв собі за учня Хуейке, який прохав учителя звільнити його розум. І після довгого мовчання наставника Хуейке у

⁴ (Судзуки & Кацуки, 1993 с. 34-35)

⁵ (Бурда, 2018, с. 107-190)

⁶ (Watts, 1957, p. 92)

⁷ (Watts, 1957p. 93)

⁸Транскрибація (Анжюк, Богомолов, Гобова, Пріцак & Скопненко (26 червня 2019 р.) АКАДЕМІЧНА СИСТЕМА ТРАНСКРИБУВАННЯ КИТАЙСЬКИХ СЛІВ ТА ВЛАСНИХ НАЗВ УКРАЇНСЬКОЮ МОВОЮ), Retrieved from https://oriental-world.org.ua/sites/default/files/Document/pinyin%20to%20ukrainian_26.06.2019.pdf

відчаї відрізав собі руку. Цей жест спровокував діалог між ними, який привів учня до саторі. А їхня розмова у вигляді запитання-відповіді стала невід'ємною частиною навчання дзен. Адже її метою є занурення запитувача у стан осяяння або ж провокування зв'язку з інтуїцією. Отже, будь-яка фраза вчителя – це прояв його природи Будди, пряма вказівка, яка потрапляє у розум учня, щоб допомогти йому отримати просвітлення.⁹

Пізніше Хуейке отримав титул Другого Китайського Патріарха Дзен. Послідовником його став Сенцань (помер 607 р.), який за допомогою принципу діалогу просив у Бодгідгарми очищення від помилок. Монаху приписують авторство «Трактату про віру в розум», у якому простежується даоський мотив покою розуму задля слідування за своєю природою.¹⁰ Така позиція є протилежною до індійського контролю над розумом. Четвертим патріархом став Даосінь (579-652 рр.). Він прийшов до попередника за звільненням, яке ми розглянемо у третьому розділі роботи. П'ятим патріархом став Хунжень, що мав дуже багато послідовників. Одним з них був Хуейнен, з яким пов'язано розквіт істинного китайського дзен - епоха діяльного дзен. А паралельно до Хуейнена з Індії до міста Чан'ань прибув Сюаньцзан, що почав розвивати традицію Йогачари. Після чого його учень Фацзан, створивши школу Хуаянь на основі Аватамсака Сутри, заклав основу для філософії дзен. Від свого вчителя Хуейнена Фацзан почерпнув істинне розуміння дг'яни, адже спустошений розум характеризується не очищенням від усього, а наділенням його свободою. Патріарх порівнював пустоту розуму з Всесвітом, щоб кожен зміг відчувти простір, у якому є думки та відчуття. Так само як у просторі Всесвіту, вони перебувають у первісній свідомості. Після смерті Хуейнена завершилась епоха Патріархів, а вчення перейшли до учнів: Хуайжан, Цін'юань, Шеньхуей, Сюаньцзюе та Хуейчжун.¹¹

⁹ (Watts, 1957, pp. 98-101)

¹⁰ (Watts, 1957, pp. 102-103)

¹¹ (Watts, 1957, pp. 103-108)

На основі вчень Хуайжана та Цін'юаня було створено два напрями – Ліньцзі (япон. Ріндзай) та Цаодун (япон. Сото), що підтримують свою актуальність й принцип природності - бути Буддою без наміру стати Буддою. До завершення епохи династії Тан дух та енергія дзен досягнули свого піку, що дало можливість дзен стати головною формою буддизму у Китаї. Але популярність несе також негативні наслідки, через які виникла стандартизація методів дзен. Вчителі зайнялись створенням правил та моральних принципів для заспокоєння, дисциплінованості людей. Тому представник Заходу під час знайомства з дзен може помітити суворість дисципліни для отримання звільнення. А для правдивої передачі необхідної інформації було введено систему коан, яка включає випробування, що засновані на «мондо» - принцип питання-відповіді.¹²

У X і XI століттях послідовники Юаньу та Дахуей для підтримання авторитету дзен почали використовувати систему коан, яку розробила школа Ліньцзі або ж Ріндзай. Аналогією до коан можна вважати християнські притчі. А школа Сото навпаки вважала коан надто штучною через почуття сумніву, що виникає під час використання самої системи. Адже дуалістичний, штучний характер сумніву може викликати штучне відчуття саторі. Тому для Сото істинність дг'яни полягає в «у-вей» - немотивованій дії.¹³

У 1191 році Ейсай, монах школи Тендай, проклав шлях Ріндзай до Японії. А у 1227 році Доген до Японії приніс школу Сото. Засвоєння дзен на теренах Японії відбулось під час захоплення влади самураями, тому саме вони й проявили інтерес до цього виду буддизму. Тож так з'явився «Дао воїна» - бусідо¹⁴, дзен у мистецтві війни. Сам дзен проник у всю японську культуру, починаючи з мистецтва та закінчуючи торгівлею. А у Китаї дзен продовжив утримувати передові позиції аж до правління династії Мін (1368 - 1643pp.). У цей період розмежування між школами почали зникати. Деякі з общин

¹² (Watts, 1957, p. 108-109)

¹³ (Watts, 1957, p. 118)

¹⁴ Транскрибація за Федоришин М. 1994, *Українська транскрипція японської мови*. Львів.

продовжуються існувати, але Алан Воттс вбачає у їх інтересах схильність до школи Сото.¹⁵

Школи Ріндзай та Сото мають схожість у своїй повазі до практики дзадзен. Капло у праці «Три стовпи дзен» розглядає твердження Догена, що дзадзен є провідником до звільнення. Спочатку Доген вісім років вправлявся коанами. Потім він досить довго практикував дзадзен, метою якого було досягнення досконалого просвітлення. І будучи учнем Жуцзіна в Китаї, він зміг «відкинути тіло та свідомість». Після цього Доген створив підбірку з трьохсот коанів з коментарями і додав туди власних. Тож за концепцією Догена, щоб досягнути саторі, необхідно володіти знаннями, доброчесністю, співпереживанням, які з'являються завдяки практиці дзадзен протягом багатьох років. Тобто дзадзен - це ворота до повного визволення.¹⁶

Отже, дзадзен це сидяча медитація, у якій учні мають проводити декілька годин на день. А їхні учителі мають пильно наглядати за правильним виконанням дзадзен учнями. У школі Сото сидять перед стінкою, а у Ріндзай сідають один перед одним, але у різних кінцях залу під стінкою, додаючи обговорення коанів з вчителями.

Головний принцип сидячої медитації є тренування з метою стати Буддою у стані сидячи. Тому дзадзен вимагає правильного виконання з рівною спиною, диханням, а свідомість має бути сконцентрованою, без зайвих думок. Проте дзадзен не варто плутати з медитацією, адже вона здійснюється для занесення чогось у свідомість. Деякі форми медитації навіть змушують аналізувати певні форми або ж візуалізувати певні образи і концентрувати на них увагу. А дзадзен характеризується звільненням свідомості від будь-яких форм, образів та об'єктів для досягнення абсолютної порожнечі. Із порожнечі свідомість повинна отримати можливість створити свою істинну природу. Отже, дзадзен, який на меті має самореалізацію, є внутрішньою боротьбою для того, щоб взяти під контроль свідомість. Так він відкриває першу істину, яка стверджує, що всі речі

¹⁵ (Watts, 1957, p. 119-120)

¹⁶ (Капло, 1996, с. 17)

є непостійними, вони змінюються від моменту до моменту. А їхня зміна і помирання є життям кожної речі. Тому лише після усвідомлення істинної природи життя та смерті зникнуть і страждання, що непокоять людей. Разом з просвітленням дзадзен пробуджує усвідомлення порожнечі як основи усього – з неї всі речі отримують життя, а потім знову до неї повертаються. У цій нероздільності і існує свідомість Будди.¹⁷

Навіщо ж Заходу дзен-буддизм? Одним з важливих аспектів вчення є наголошування на житті у моменті, саме тут і зараз. Захід постійно перебуває у гонитві за істиною, новими винаходами, що забуває жити сьогоденням. Палкий та рухливий характер західних людей суперечить спокійному стану Сходу. На початку занурення у дзен та дзадзен Захід стикався не лише з проблемою відсутності письмових джерел, а й з моральною та фізичною складністю всидіти нерухомо. Тим паче, що й практичні заняття майже неможливі без компетентного наставника. Тому вчитель Ясутані-росі створив серію вступних лекцій, що направлені на практику дзен. Вони вказують новачкам на методи розкриття п'яти рівнів дзен і сутності дзадзен. Але недоліком лекцій є відсутність історичних, психологічних та філософських тез, які звик досліджувати західний читач. Тому вчення Догена, покрите інтелектуальною оболонкою, краще сприймається західним розумом. Західні читачі, у яких відсутня дзенська інтуїція, вбачають незвичність у релігійному аспекті дзен, що виражається у вірі як шляху до просвітлення. Але європейцям та американцям така техніка може піти на користь, щоб заспокоїти постійно завантажений розум та напружене тіло. Тим паче, дзадзен є фундаментальною дисципліною дзен та однією з найлегших можливостей заспокоїти свідомість.¹⁸

Східні люди також почерпнули від дзен-буддизму саме інтелектуальний вплив та духовне наповнення культури. Адже після Реставрації Мейдзі у 1868 році японський дзен-буддизм перебував у скруті, втративши підтримку держави.

¹⁷ (Капло, 1996, с. 18-24)

¹⁸ (Капло, 1996, с. 14-15)

Кожна із дзен-буддійських шкіл доклала зусиль для збереження потенціалу попередників. Школа Ріндзай підтримувала навчальні осередки у буддійських монастирях. Пізніше було засновано товариство «дзен-буддизму для мирян», у якому Імакіта Косен вчив поєднувати практику дзен з мистецькою діяльністю. Майстер не лише оберігав буддизм, а й вчив англійську мову, знайомився з філософією Заходу.¹⁹

Така підтримка надала мотивації послідовникам, його учень Сяку Соен став першим дослідником дзен, який відвідав Сполучені Штати Америки у 1893 році. Сяку Соен здійснив свій вклад у розвиток дзен-буддизму і в Європі, адже він листувався з Львом Толстим, а потім відвідував з лекціями Францію, Англію, Німеччину та Італію. Пізніше його учень Нісіда Кітаро продовжив розвивати дзен-буддизм. Відтепер його філософія почала брати за основу медитацію. У США Сяку Соен виступав з промовою у Всесвітньому парламенті релігій у Чикаго. Його промову переклав Судзукі Дайсецу. Після чого він і став популярним, отримавши силу впливати на розвиток дзен-буддизму на Заході. Судзукі не лише перекладав класичні буддійські тексти, а й створював власні.²⁰

Цікавість Заходу до дзен виникла у 1927 році після публікації Д. Т. Судзукі есе про дзен-буддизм. У післявоєнні часи його почали поширювати та перекладали не лише на англійську, а й на французьку. Після чого у Франції було створено центр, який публікував та навчав дзенським текстам. Головою його став Ю. Бенуа, він видав двотомну працю з поясненнями дзен, моментами власного досвіду психоаналітика та термінами практичної індивідуальної психології. Пізніше дзенем зацікавились Німеччина й Швейцарія. Важливу роль у поширенні дзен відіграли Тікудо Охасама, К. фон Дюргейма-Монмартена та психоаналітик К. Юнг, який створив введення до книги Судзукі «Вступ в Дзен-Буддизм».²¹

¹⁹ (Капранов, 2017, с. 6)

²⁰ (Капранов, 2017, с. 6-7)

²¹ (Сокэй-ан Сасаки, Хаксли & Эвола и др., 2004, с. 275-276)

Щодо школи Сото, то до 1960 року вона мало цікавила Захід, хоча перший твір, виданий прихильником цієї школи, Нукарією Кайтенем, «Релігія самураїв»²², з'явився у США ще до Судзукі Дайсецу. У ньому Нукарія Кайтен розглядає філософію буддизму у Китаї та Японії, поділ його на дві школи. Тут автор демонструє відмінність поглядів Махаяни від Хінаяни, розглядає вчення дзен-буддизму та його адаптивний характер до східної культури. А вже у 1959 році від школи Сото поїхав підкорювати Сполучені Штати ще один Судзукі, але на цей раз Сюнрю. Філософів часто плутали, через що Сюнрю називав себе маленьким Судзукі, а Дайсецу великим Судзукі.²³ Хоч і називав себе маленьким, проте здійснював великі справи. Адже він був першим, хто створив у Західній півкулі буддистський монастир в долині Тассахара. А у Європі поширювачем дзен-буддизму став Десімару Тайсен. Звичайний економіст став викладати у Франції дзен-буддистське вчення школи Сото. За його поглядами, європейці через прогресивність можуть краще розуміти дзен аніж азійці.²⁴

Отже, переживши Реставрацію Мейдзі, дзен-буддизм також отримав можливість оновитись зі збереженням старої традиції. Дзен-буддистські монастирі та навчальні заклади здійснили вагомий внесок у розвиток освіти. А пізніше почали відкриватися на Заході й допомагати оновитися не лише японській філософії, а й західній культурі у XX столітті. Дзен-буддизм продовжує свій вклад в західне сьогодення, розкриваючи можливість нових ідей.²⁵

За думкою Юліуса Еволи, італійського філософа, зовнішніми факторами дзен, які привабили Західний світ - є пронизаність дзенського вчення сюрреалістичними та екзистенційними аспектами, що нагадувало західний екзистенціалізм. Майстри дзен стверджують, що духовне просвітлення можливе лише з вичерпаними ресурсами людини. Тоді з'являється місце для суджень, від яких раніше тікав людський розум. Також дзен вимагає особистого досвіду,

²² (Nukariya, 1913, pp. 7a-8a)

²³ (Капранов, 2019, с. 9)

²⁴ (Капранов, 2019, с. 9)

²⁵ (Капранов, 2019, с. 9-10)

боротьби проти правил, конформізму та писань, можливе іконоборство, відкидання ідолів та прив'язаностей як у Ріндзай. Важливою є фіксація факту, що до екзистенціалізму попередниками були матеріалізм та нігілізм з пропагандою падіння всіх цінностей. Філософ стверджує, що дзен можна вважати формою буддизму, яка повертає вчення до своїх витоків. Ніби Будда перетворив все в *tabula rasa*, щоб кожен знайшов свій шлях, що привів би їх до пробудження та безсмертя без допомоги оточення. Так дзен допоміг очиститися буддизму від ритуалів, догм, схоластики та моральних повчань. Після очищення на передній план вийшло саторі. Вчення про нього допомагає відмежовувати реальне його переживання від методів та від змісту звичайної свідомості. Така традиція й зацікавила захід. Але західним людям не слід забувати, що дзен відрізняється від екзистенціалізму.²⁶

Дзен взяв із Махаяни принцип невіддільності нірвани від сансари, який прирівнюється тотожності іманентної та трансцендентної реальностей. Саторі призводить до зникнення всіх протилежностей: дух і матерія, добро і зло, життя і смерть. Така єдність стає нормою життя того, хто його досяг. Судзукі стверджував, що для досягнення саторі треба пройти випробування «вогнем». Спочатку необхідно набути саможертвості та самовизначення, а потім викинути власне «Я», щоб відкрити доступ царині випадковостей - діяння без заслуг, без переживань за наслідки. Тож ідеалом дзен є істинне життя з усіма формами людської діяльності.²⁷

Послідовники дзен мають відточувати дисципліну. Тому дзенські монастирі мають зали для медитацій, адже вона проводиться за чіткими правилами та наодинці. Лише після досягнення достатніх вмінь у дзендо, послідовник може повернутися до звичного життя, але з певним духовним виміром через досягнення саторі. Тому західні люди впадають в оману, коли стверджують, що дзен не вимагає самодисципліни та вільної моральності. Також помилковим є відношення до йоги. Адже Захід вважає, що заняття йогою, як

²⁶ (Сокэй-ан Сасаки, Хаксли & Эвола и др., 2004, с. 278-279)

²⁷ (Сокэй-ан Сасаки, Хаксли & Эвола и др., 2004, с. 280)

набором практик, зможе привести до духовних результатів. Але досягнення саторі можливе після концентрації сил та росту духовної напруги, а Захід вважає, що саторі - це щось раптове.²⁸

До важливих аспектів, які вплинули на Захід є наділення рутинних справ особливим значенням та занурення у процес творіння чи будь-якої діяльності. По-перше, навіть буденні справи та дії можливо наповнити символічним значенням, яке допомагає пізнати істину дзен. Автор наводить приклад чайної церемонії та її зведення до ритуалу. А іншим аспектом є повна віддача своїй справі, тобто надання їй рис досконалості та завершеності.²⁹

Отже, поступово дзен почав поширюватися світом. Методи дзен-буддизму знайшли застосування по всьому Східному світу й популяризувалися на Заході, всупереч контрасту з його метушнею, хаотичністю та поверховістю. Тому дзен приваблює інтелектуально, а з часом захоплює процес заглиблення до творчої та буденної діяльності, під час яких необхідно звільнитись від навколишніх умов та установок.

²⁸ (Сокэй-ан Сасаки, Хаксли & Эвола и др., 2004, с. 282)

²⁹ (Сокэй-ан Сасаки, Хаксли & Эвола и др., 2004, с. 277 – 282)

РОЗДІЛ II

РІЗНОВИДИ ДЗЕН. БУНТІВНИЙ ДЗЕН

Для усвідомлення впливу дзен на Захід, необхідно розібратися у його напрямках. Ф. Капло у другому розділі книги «Три стовпи дзен» виділив п'ять різновидів дзен. Цю класифікацію він запозичив у давнього дзенського вчителя Кейхо-дзендзи. Капло вважав її актуальною через розподіл на поверхневі та глибокі знання, деякі з них ведуть до просвітлення - інші взагалі не згадують саторі. Під час поділу на різновиди дзен, здається, що вони мало відрізняються, адже мають три базові елементи: пряму сидячу спину, контроль за диханням та концентрацію свідомості.

Першим видом є бомпу або ж звичайний дзен. Його особливістю є відсутність філософського та релігійного контексту. Тобто вільна форма бомпу дозволяє бути зрозумілим для всіх. Тим паче, що мета практики звичайного дзен направлена на покращення фізичного та психічного станів. Великою перевагою є можливість залишатися зі своїми релігійними переконаннями або, за відсутності, без них. Бомпу-дзен покликаний навчити контролювати свою свідомість та концентрувати її. Під час роботи та навчання практики фокусування допомагають підвищити ефективність. Окрім цього, бомпу-дзен навчить стримувати свої бажання та не вдаватися до спокуси. Тому практика допоможе гармонічно розвинути інтелект, почуття та волю, що вдосконалисть особистість кожного. Проте бомпу-дзен має недолік - неможливість розв'язання проблеми людини і Всесвіту, у якому людина вважає себе абсолютно відмінним від нього.³⁰

До другого виду дзен відноситься гедо. Його особливість полягає у відмінному від буддійського вчення. Гедо містить у собі індуїстську йогу, практику споглядання, запозичену у християнства, та медитацію у самотності з конфуціанства. Його практикують для розвитку надприродних сил або магії. Але для отримання таких сил необхідна складна та напружена практика

³⁰ (Капло, 1996, с. 37)

концентрування свідомості. Також до особливості гедо-дзен можна додати віру в переродження у різноманітних небесах, що є однією з його цілей і не стосується буддизму. Дзен-буддисти вважають пріоритетною можливістю народитися у світі людей і, практикуючи дзадзен, стати Буддою.

Третій тип дзен - сьодзьо, що означає «Мала Колісниця». Метою цього вчення є позбавлення свідомості від омани та перенесення її на рівень просвітлення. А назва «Мала» означає її призначення для кожного особисто, у той час, як «Велика» зможе охопити і інших. Тому сьодзьо є дзен, який допомагає піклуватися лише про власний спокій свідомості.³¹

Четвертий різновид дзен має назву дайджо. Він відноситься до «Великої колісниці» і є справжнім буддійським дзен. Його приналежність до буддійського визначається головною ціллю - пізнання своєї істинної природи і реалізація шляху в побутовому житті. Саме дайджо навчав Будда тих, хто може зрозуміти сенс його досвіду просвітлення й долучитися до числа тих, хто прагне відчутти абсолютну реальність. А для цього необхідно сприймати дзадзен не лише як засіб, що допоможе досягнути просвітлення, а зрозуміти його приналежність істинній людській природі.

Останнім видом є сайдзьодзьо-дзен. Він постає кульмінацією буддійського дзен, адже у ньому виражається життя у чистій формі. Саме його практикували всі попередні Будди і пропагував Доген-дзендзи. Його практика не вимагає свідомого напруження для досягнення просвітлення. Необхідно усвідомити дзадзен як частину людської природи. І одного дня під час практики пізнання істинної природи усвідомлення з'явиться саме собою.³²

Для західної традиції Аллан Воттс висуває два протилежні один одному напрямки дзен. Один є авторитарним, а інший – бунтівним. Цей поділ підкреслює різні потреби та погляди у культурах. Так східні творці вважають безглуздою потребу у вихвалянні себе, тому їхнє послання полягає у цінності

³¹ (Капло, 1996, с. 38)

³² (Капло, 1996, с. 39)

людей, які можуть бути вищими за бажання прославитися. Також східна культура цінує людяність та сердечність більше за правоту, а західним людям такі позиції невластиві. Лао-цзи та Чжуан-цзи наголошують на тезі, що неможливо мати рацію без одночасного положення бути неправим. Захід вбачає в цьому слабкість та відсутність принципів. Але східна культура не даремно обрала саме ці цінності, бо вони є відбитком взаєморозуміння, поваги до балансу між людиною та природою. Тобто Схід схильний до збереження нероздільної єдності буття - добра та зла, мудрості та нісенітниць. Тому світогляд направлений на збереження рівноваги та балансування, адже в основах китайського життя закладається почуття довіри до власної природи. А природа складається як з позитивних аспектів, так і з негативних, які приймаються без християнського хронічного почуття провини та японського прояву соціального сорому. Тому особливо цінним стає вчення дзен через можливість позбутися почуття боротьби з собою та нав'язаними соціумом принципами, які вплітаються у модель поведінки під час виховання. За принципом дзен все має відбуватися невимушено, кожна думка та стан мають переживатися відповідно до природи.

Тому західна людина почала пошуки єднання з природою за допомогою дзен. Також увагу привертає мистецтво, творчість, поєднуючи у собі простоту та світськість, що навчить західну культуру не відділяти матеріальне від духовного, свідоме від несвідомого. Важливим фактором є відсутність Бога, об'єкта поклоніння, бо в дзенській традиції Будда є «звичайною людиною». Таким чином можливість пробудження закладена у кожному. Філософська концепція пропонує прийняття всіх проявів життя, як позитивних, так і негативних, духовних і матеріальних, свідомих та несвідомих, що єднаються в буддійському світогляді, але розмежовані у західному мисленні.³³

Дослідник Д. Резепкін підкреслив бачення Алана Воттса щодо західного сприйняття Бога. Згідно з ним, Бог як творець світу залишається за його межами. Так і людина, наслідуючи творця, живе, відділяючи себе від світу. Це породжує

³³ (Watts, 1996), Retrieved from http://www.thezensite.com/ZenEssays/Miscellaneous/Beat_Zen_Square_Zen.html

проблеми з самосприйняттям, адже людина втрачає єдність зі світом та природою. Алан Воттс наголошує на тому, що і буття Бога, і людське буття з'являється з буття світу, що й підтверджує ефект присутності та самотуття.³⁴ Тому кожна особа відкрита до нероздільності зі Всесвітом. Адже під час стану заглиблення у себе людина більше проникає до власного центру, істинної природи, яка знаходиться за межами її самої. Так людина розуміє, що організм, його частини функціонують самі по собі. Цей механізм схожий на природні явища - оберти небесних тіл, плинність води. Саме «я», зв'язане з природою, є більшим «я» ніж штучне «его» і все всередині влаштоване саме собою, все має своє місце та узгодженість з іншими. Пізнаючи цей рівень, ми приймаємо життя без тривоги, бо для неї не залишається місця. Якщо ми живемо, то ми живемо, якщо вмираємо, то вмираємо. Тому все влаштовано достатньо просто.

Західній людині, яка зацікавлена у дзен, необхідно зрозуміти, що її погляди викликані впливом культури. І вже після прийняття цього факту або після відмови від чинних засад можливо перейти до пізнання дзен. Інакше пізнання дзен через заперечення культури, соціального устрою буде «бунтівним». Але авторитарний дзен є протилежністю бунту.

Алан Воттс характеризує західний дзен як бунтівний. Він підкреслює активний та суперечливий характер у його adeptів, що схильні до несприйняття системи, пошуку свободи у всіх аспектах життя та творчості, бажанні змінити чинний порядок. Бунтівний дзен включає цілий комплекс позицій від виправдання вільних дій у літературі та мистецтві до бажання порушити порядок різким шляхом та відповідно суб'єктивним почуттям. Головною метою є захист себе та своїх бажань.

Принцип дзен полягає у тому, що все, що існує і може існувати є істинним. Тому світ виходить за межі істинного та хибного через відсутність обмежень та відносно взаємодії всього між собою. Так виникла думка, що все в світі існує за межами перепон, що суперечить сучасному порядку, за яким все існує відповідно

³⁴ (Резепкин, 2014, с. 112)

до певних обмежень, у мистецтві також. Звідси виходить тенденція у західних творців - замкнути у певні рамки все, що можливо, білий фон, розірваний папір, музичний концерт тиші. Таким чином з'являється можливість осягати все, що є навколо нас, пізнати їхню природу. Але діяти слід звільненою від стереотипів свідомістю. Поки складно назвати цю практику мистецтвом, тому її краще віднести до терапії, яка викликає вільні асоціації та звільнює розум.³⁵

Так людська свідомість відкидає залежність від форм, звичку наслідувати та копіювати, відкриває нові зв'язки та форми, які раніше були закриті для сприйняття. Більш того, у дзенському вченні є назва для такого виду мистецтва – керовані випадковості. Суть їх полягає у тому, що майстер, використовуючи свої навички, відкриває предмети чи витвори мистецтва зовсім з іншого боку, такими як їх ще не бачили. Ця техніка з'явилась на Далекому Сході і мала приклад грубого стилю живопису або збереження творінь, що з'явилися органічним шляхом. Одним із прикладів є кінцугі, тобто з'єднання золотом розбитих елементів чашки. Але важливо запам'ятати, що його було зроблено випадково, а людина з надтонким смаком помітила й змогла надати особливого смислу. Дзен не пропонує правила, за якими треба діяти, але з іншого боку тут вбачається певний принцип «лі» - органічна частина. Творець має знати цей принцип як базові прояви життя його організму.³⁶

Схожий принцип Алан Воттс помітив і в Америці. Звертаючись до дослідження Анни Єгорової, яка у своїй статті «Кераміка «раку»: японська традиція в інтерпритації західних майстрів XX століття» розглядала частину біографії Алана Воттса та помітила, що він цікавився культурою та мистецтвом комуни Друїд Хайтс, що проживали у Каліфорнії в США.³⁷ Особливість комуни полягала у тому, що вони власноруч створювали будь-які необхідні предмети побуту. Під час створення на допомогу приходив принцип природньої та функціональної естетики. Таким чином, Алана Воттс простежив схожість цієї

³⁵ (Watts, 1996), Retrieved from http://www.thezensite.com/ZenEssays/Miscellaneous/Beat_Zen_Square_Zen.html

³⁶ (Watts, 1996), Retrieved from http://www.thezensite.com/ZenEssays/Miscellaneous/Beat_Zen_Square_Zen.html

³⁷ (Егорова, 2014, с. 139)

американської практичної естетики з естетикою вабі - японської естетики, що використовували у дзенській традиції для чаювання, ікебани тощо. Вона характеризується внутрішньою силою, яку має творець. Тому Алас Воттс сприймав дзенську етику та естетику як спосіб «внутрішньої імміграції».

Таким чином, мистецтво та принципи дзенської естетики стали вільною територією та можливістю власної думки серед консервативного суспільства та уніфікації форм життя в Америці. А декоративно-практичне мистецтво здобуло ще один вид вільних форм.³⁸

Але митець не лише споглядає і помічає, а й додає до витвору принцип «все - істинне» і всі речі мають єдиний принцип обмеження. Обмеженням вважається Всесвіт, а змістом, який лімітується, є взаємозв'язок між цілим та його частинами. Випадкове завжди пізнається через існування упорядкованого та керованого. У випадкових моментах мистецтва правильність проявляється не більше ніж порушення норм соціальної поведінки.

Так багато митців виправдовують себе тим, що земні пристрасті є просвітленням, а сансара є нірваною. І тут проявляється небезпека бунтівного дзен. Тому що західна культура використовує дзен як привід для зловживання свободою, що супроводжується появою розбещеності. Бітники та богема використовують цей вид дзен для ствердження себе у художньому чи інтелектуальному середовищі. Одним з яскравих прикладів бунтівного дзен Воттс вбачає у творі Керуака «Волоцюги Дгарми», в якому герої проживають дні у добровільній бідності та плотському коханні.³⁹ Попри те, що ставлення до плотської любові ні у бунтівному дзен, ні у авторитарному не описано, але бездумне слідування пристрастям не відповідає позиції дзен. У романі Керуака зображено картину протистояння соціальному устрою. Це можна помітити на прикладі персонажа Джафі Райдера, який під впливу в барі роздумує про буття, про вбивства та псування природи, які призводять до залишення у сансарі. Тому

³⁸(Егорова, 2014, с. 139)

³⁹(Watts, 1996), Retrieved from http://www.thezensite.com/ZenEssays/Miscellaneous/Beat_Zen_Square_Zen.html

він наголошував на силі дзен-буддизму у пошуку себе та поверненню до природи людини.⁴⁰

Найбільш популярним бунтівний дзен був серед бітників. У творчості, як і у житті бітників проявляється холодна псевдоінтелектуальність, з тягою до задоволень та використанням дзен як можливості відчуження у суспільстві й втечі від проблем. Більш того, бітники знайшли втіху саме у прикладних видах діяльності дзен-буддизму. Вони користувалися практикою медитації для заспокоєння та цінували мистецтво за його раптовий характер. Таким чином, бітники вбачали у дзен збереження духовних проявів особистостей, які псує індустріальне суспільство.⁴¹ Відповідно до їхніх бажань з'явився дієвий варіант задоволень. Для представників бунтівного дзен він проявляється у наркотичній залежності. А вживання марихуани стало ритуалом у знак протистояння авторитарній владі. Більш того, «споживачі» наркотичних речовин поширюють інформацію про те, що ефект від наркотиків схожий до саторі чи містичного переживання.⁴² Насправді, таке твердження є помилковим.

Тому авторитарний дзен, що підтримує японську версію дзен з чіткою ієрархією та дисципліною, занепокоєний положенням бунтівного дзен з його положенням вседозволеності. Хоча авторитарний дзен також має недолік у вигляді надмірної дисципліни, що вимагає правильного духовного досвіду. Через це виникає духовний снобізм, згідно з яким прихильники дзен мають ідеально здійснювати ритуали. Але найгіршою категорією снобізму Алан Воттс вважає інтелектуальний, завдяки якому вчення людини ускладнюється суперечностями. Також через жорстку ієрархію учні зазвичай не отримують відповіді на питання про таємне знання, яке адепти повинні оберігати від інших. Тож учні починають шукати схожості у інших духовних традиціях, через складність вчення та вимоги великих зусиль. Проте взаємодія з духовним досвідом завжди залишає місце для невловного та недосяжного. Судзукі Дайсецу намагався пояснити дзен у праці

⁴⁰ (Керуак, 2013, с. 54 – 55)

⁴¹ (Гришин, 2015, с. 116 – 117)

⁴² (Watts, 1996), Retrieved from http://www.thezensite.com/ZenEssays/Miscellaneous/Beat_Zen_Square_Zen.html

«Нарис про Дзен-Буддизм». Окрім рекомендації знайомства з вченням та його практиками, наголошенні на таємничому характері дзен, трактування якого постійно від нас «ховається», він з власного досвіду спробував підійти до пояснення. Філософ наголошує на присутності елементу дзен всюди, навіть у інших релігіях. Адже саме його дух наповнює життям та натхненням будь-яку діяльність, відкриває перед людиною способи сприйняття нових аспектів сприйняття істин життя, позбувшись натиску дуалізму. Судзукі Дайсецу виділяє дві групи методів сприйняття, які використовують майстри під час взаємодії з учнями: словесну та пряму. До словесної відноситься відкидання протилежностей, суперечностей, комунікація у вигляді ствердження, парадоксу, повторення та наголошування. А прямий метод стосується фізичного впливу – жести, удари, дії та змушення виконувати певні практики.⁴³

Західний реципієнт обирає бунтівний дзен, бо він характеризується відсутністю дисципліни, зусиль, бажань бути кимось, але не собою, та штучними спробами досягнення саторі. А авторитарний дзен навпаки, вимагає довгих практик медитації за визначеними правилами для досягнення пробудження. Тому для уникання непорозумінь Алан Воттс вказує на можливість взаємодоповнення бунтівного та авторитарного дзен з ймовірним формуванням удосконаленого та живого дзен. Але факт полягає у тому, що саторі можливо досягнути на обох шляхах. Західні люди намагаються оминати шлях зусиль. Тут Алан Воттс шукає відповідь не у лінії та невмотивованості західних людей, а у християнстві. Адже християнська теологія пропагує схильність до авторитетів, періодичну підміну реальних проблем на ілюзорні та уживання з конфліктами, а не пошук їх рішення. Тому бунтівний дзен приваблює західних людей як можливість виправдання своїх пошуків задоволення, а авторитарний допомагає врятуватися більш благим способом. Для досягнення справжнього дзен необхідно позбутися руху до виправдання, що супроводжуються метушнею. Так само нав'язане відчуття, що японський монастир та медитації допоможуть

⁴³ (Судзуки, 2002, с. 318 – 324)

отримати спасіння, створює метушню. Але якщо метушня є природним станом, то її також варто прийняти такою, якою вона є.⁴⁴

Отже, Алан Воттс підводить нас до висновку, що відхилення є невіддільною частиною духовного вчення. А західне суспільство відшукало в дзен-буддизмі можливість здійснити свої уяви про свободу та щастя. Такий дзен є суб'єктивним та залежним від бажань, потреб кожного, тому й виступає проти загальноприйнятого порядку. Але та кількість людей, що щиро слідувала за дзен, насправді прагнула пізнати власну природу та реалізувати її через творчість.

⁴⁴ (Watts, 1996). Retrieved from http://www.thezensite.com/ZenEssays/Miscellaneous/Beat_Zen_Square_Zen.html

РОЗДІЛ III

ДЗЕН-БУДДИЗМ ТА ПСИХОТЕРАПІЯ

Алан Воттс здійснив компаративний аналіз методів психотерапії та дзен-буддизму. Порівняння можливе, бо їх об'єднує спільна мета - шлях до щастя, блага людини через поступове пізнання її природи. Особливо західна психотерапія конкурувала та вела суперечки зі східною філософією. Обговорення розпочалось після праць Ріхарда Вільгельма з психологічним коментарем Юнга «Секрет Золотої Квітки», «Душа як живий організм» Хойера та «Йоги і західної психології» Джеральдіни Костер. Алан Воттс не міг обійти стороною й зацікавився суперечкою та взаємним впливом між Заходом та Сходом. Філософ навіть доповнив його працею «Що таке щастя», додавши заголовок «Західна психологія в пошуках свободи духу і мудрості Сходу». Таким чином, після юнгіанства психотерапія продовжила розвиватися та запозичувати ідеї зі Сходу. І вже у 1960 році такий інтерес до дзен-буддизму втілювався у вигляді праці Еріха Фромма «Дзен-буддизм і психоаналіз». Філософ не мав особистого досвіду досягнення саторі, тому досліджував його і вчення дзен-буддизму через призму компетентного дослідника буддизму Судзукі Дайсецу. На основі прослуханих лекцій філософ вирішив порівняти дзен та психоаналіз. Він називає дзен мистецтвом занурення в сенс людського буття, а саторі звільненням природної енергії людини без втрати почуття реальності. Бо усвідомлення стає реальністю, а людина припиняє сприймати себе як річ.⁴⁵

Дзен-буддизм поєднує у собі ірраціональність Індії та китайський реалізм. А щодо психоаналізу, то він складається з двох протилежностей - з одного боку його основою є західний гуманізм та раціоналізм, а з другого - романтизація та пошук таємних сил. Проте дзен-буддизм та психоаналіз перетинаються у вивченні людської природи та зосереджуються на її зміні під час практики. Психоаналіз покликаний для терапії душевних захворювань, а дзен є шляхом до

⁴⁵ (Воттс, 1997, с. 6-7)

звільнення. Але що ж підштовхнуло психоаналітиків зацікавитись дзен-буддизмом?

Фромм підкреслює, що західні люди переживали і продовжують переживати духовну кризу. Вона проявляється у поганому самопочутті, нудзії, апатії, відчуженні від себе та інших людей, зведення життя до рутини та одноманітності. На передній план вийшов раціоналізм, а сенсом життя людей стало виготовлення більшої кількості матеріальних цінностей. В цілому люди почали цінувати матеріальні надходження та їх вдосконалення більше за власні ресурси.⁴⁶

Головним почуттям людей під час кризи став відчай, викликаний дисбалансом між мисленням та почуттям. Люди власноруч спонукали ряд проблем і залишились безпомічними. Занепад мав відбиток і у відношенні до сили релігії, особливо після Фрейда. Тому виникла потреба у нових силах і даосизм, буддизм та дзен-буддизм з ідеями, що кожен може досягнути просвітлення, зайняли важливе місце у західній культурі. Окрім цього, дзен-буддизм також покликаний допомогти західній людині віднайти відповідь на питання про сенс життя, яка не суперечить цінностям людей та їх стилю життя.⁴⁷

Основою дослідження у цьому розділі є праця, створена Аланом Воттсом – «Психотерапія. Схід і Захід», у якій він надає більше інформації для роздумів щодо дискусії психотерапії та дзен. У книзі філософ не віддає перевагу ні одній з традицій та не вказує на пріоритетність психоаналізу над дзен-буддизмом або ж навпаки. Її метою є розкриття особливостей кожної з них, їхньої взаємодії та протипади для більш розгорнутого обговорення та розвитку. Алан Воттс у цій праці приділяє увагу зв'язку східного вчення із формами терапії, що досліджують соціальні проблеми.

За аналізом Алана Воттса під час вивчення буддизму, даосизму та йоги складно знайти філософію та релігію в тому образі, якими їх звик бачити західний світ. Хоча західний світогляд сприймає їх як вчення, що має практичні

⁴⁶ (Фромм, 2013, с. 4-5)

⁴⁷ (Фромм, 2013, с. 6-7)

та матеріалістичні аргументи. Але для східних людей це ціла система, пов'язана з духом, що знаходиться за межами нашого світу. Дві сфери дослідження мають спільний момент – викликають зміни свідомості, точніше сприйняття власного існування, стосунки один з одним та природою. Проте вчення буддизму має напромак на зміни у свідомості психічно здорових людей, а психотерапія розбирається з душевним дисбалансом. Тому психотерапевти мали погодитися, що нормальний стан ментального здоров'я стає основою для психічного захворювання. Окрім цього, різниця відчувається у самому трактування «психо», адже східний світогляд не розділяє дух та матерію, тобто душу й тіло, а на Заході психологія направлена на дослідження душі або ж свідомості як окремої одиниці, непов'язаної з тілом.⁴⁸

Задача психотерапевта полягає у врівноваженні індивідуального почуття та соціальних норм. Але акцент все одно має бути на особистості. Під час свого дослідження Алан Воттс пояснює важливість психотерапевта, якого доволі складно замінити іншими фахівцями. Він відповідає на питання, чому ж західні люди схильні шукати поради у спеціаліста, а не у священника. Він підкреслює обов'язок церковного служителя підтримувати суспільні інститути та релігійні громади. Тобто його бажання полягає в утриманні людей у церкві, нав'язуючи суспільні норми роз'єднання душі і її тілесної оболонки, які є єдиним для Бога у вигляді особистості. Такий постулат індивідуалізму викликає почуття ізольованості свідомості. А під час зіткнення з реаліями неготовий до них мозок стає жертвою неврозів та психозів. Тому священник, не маючи можливості вийти за рамки соціальної структури церкви, не може допомогти методами церковного інституту.⁴⁹

Тож Алан Воттс розглядає вчення звільнення, яке перегукується з психотерапією. Після отримання звільнення змінюється свідомість та ставлення до власного існування, а також з'являється свобода особистості від суспільних інститутів та умовностей. А через те, що психоаналіз та психіатрія у часи Воттса

⁴⁸ (Уотс, 1997, с. 11)

⁴⁹ (Уотс, 1997, с. 18-19)

переживали застій та внутрішній хаос, ознайомлення зі східними культурами могло прояснити певні моменти. Можливо, вдалося б розібратися з питанням «несвідомого», яке навіть Юнг відносить до аксіоми, що неможливо змінити та чітко визначити, але воно дає основу для нових тез. Тим паче «несвідомі» фактори у психотерапії охоплюють соціальне та екологічне оточення і пацієнта, і психотерапевта. Психотерапія потрапляє у пастку, коли намагається відділити особистість від культурного аспекту. Адже щоб його виокремити, необхідно вийти за межі власної культури і віддалено порівняти його з іншими. А таке положення призводить до непорозуміння один між одним. Саме для розв'язання цієї суперечності необхідно застосувати метод звільнення, тобто свободу гри.

Буддійська нірвана є способом виходу із сансари, а саме з кола повторних спроб розв'язати проблему. Після такого виходу приходить розуміння хибності проблеми. Тут діє принцип наявності сенсу у проблеми. Якщо він відсутній, то і проблема вважається несуттєвою або ж надуманою. Тому для досягнення позитивного результату необхідно позбутися від неперевіреної інформації, припущень та неусвідомлених проблем, які нам нав'язує соціум. Тож східна культура відкриває перед психотерапевтом можливість позбутися від нав'язувань, власних систем сумнівів та думки про недоліки ненаукових дисциплін.⁵⁰

Алан Воттс у праці «Книга про табу на знання про те, хто ти» у четвертому розділі розглядає тезу, що весь світ - наше тіло. Він підіймає проблему соціальних вигадок, які викривлюють реальність. До них Алан Воттс відносить уявлення про те, що світ складається з окремих частин, а не є цілним; організми людей є предметами, що підпорядковуються автономним его; всі протилежності обов'язково перебувають у конфлікті; смерть є негативним явищем, тому все життя треба з нею боротися; людина має взяти контроль над природою.⁵¹ Насправді ці положення не відображають реальність, а лише спрощують взаємозв'язок між людьми, які домовились між собою взяти цю картину за

⁵⁰ (Yong, 1997, с. 20-22)

⁵¹ (Watts, 1973, с.82-85)

істину. Але такі засади викликають непорозуміння між нашою природою та навколишнім світом, що й викликає внутрішні суперечності. Тому філософ для вирішення проблеми підкреслює дзен-буддійську позицію, яка полягає у позбавленні від соціальних нав'язувань, відновленні єдності зі світом та житті сьогодні та у теперішньому моменті.⁵²

Перед дослідженням індивіда важливо визначити суспільство, у якому він живе й формується. Що ж таке суспільство? Це люди, що живуть відповідно до моделі поведінки, яку вони обирають. Моделі мають фізичні ознаки, які обумовлюють поведінку. Далі поведінка визначає суспільство як динамічний процес, який формує зв'язок людей, тварин та життя в цілому завдяки узгодженості дій. Можливість визначати особистість кожного – це також узгоджена поведінка, яка відповідає тому, що було сформовано до неї. Таким чином формується порядок. Але через постійний розвиток та велику кількість дій суспільство змінюється. Узгодженість стає важче зберігати. У такому випадку людям важливо орієнтуватися на природу, у якій узгодженість вже налагоджена і все функціонує згідно зі своїм порядком. Але людина стає більш схильною до саморефлексії та ніби змушує себе засмучуватись. Це призводить до тотального знецінення. Навіть почуття часу перестає цінуватися у моменти переживання за майбутнє, коли думки заважають проживати теперішній момент. І відбувається цей процес через сформовані моделі виховання, що вимагають створення унікальної особистості. Активність, що змушує людей викликати у самих себе засмучення і є сансарою, від якої треба звільнитися. А звільнення залежить від усвідомлення того, що люди від самого початку сприймають життя як проблему.⁵³ Для того, щоб позбутися цієї установки, необхідно зрозуміти її абсурдність. Алан Воттс наводить один із можливих варіантів, який використовують майстри дзен. Цей метод полягає у доведенні учня до стану, у якому він вичерпує всі питання або потрапляє у пастку, вихід з якої можливий через усвідомлення проблеми.

⁵² (Watts, 1973, с.82-85)

⁵³ (Wotts, 1997, с. 26-27)

Воттс перераховує засади, які формують сприйняття життя як проблему. По-перше, деструктивною є установка, згідно з якою людський порядок знаходиться у опозиції до природного хаосу. Адже природний порядок існує і все фізичне, і люди живуть відповідно до узгодженості. А логічний людський порядок не підпорядковує собі всю світову систему. Тому живі організми адаптуються до навколишнього середовища, а природа, наскільки це можливо, до живих організмів. Людська поведінка, сприйняття, мислення та дії є узгодженням людини зі світом як необхідність. Для подолання протидії природі людям слід усвідомити зв'язок взаємозалежності з нею. Підсилюючи цю думку, Воттс посилається на цитату Лао-Цзи: «Коли всі дізнаються, що добре є добром, виникає і зло. Тому буття й небуття породжують одне одного, важке і легке створюють одне одного, довге і коротке співвідносяться одне з одним, високе й низьке визначаються одне одним, звуки, зливаючись, творять гармонію, попереднє й наступне йдуть одне за одним.»⁵⁴ (Лао-цзи. (1998) *Даодецзін*. (Ян Хін-шуна та Ж. Ліньова Перекл. з кит.), Київ: Всесвіт. №10, с. 120, &2). Так підтверджується нерозривний зв'язок природи та людини, її культурної та технічної діяльності. А твердження, яке є основним для соціальних та правових структур стверджує, що особистість є відповідальним та незалежним діяльним обличчям. І коли людина відчуває, що втрачає контроль, узгодженість із зовнішнім світом, то виникає можливість психічного порушення. Але за умови, коли людина сприймає це як звичайний хід речей, то хвилювання зникає, а дії продовжують бути раціональними. Тож для розуміння раціональності необхідно поглянути на розум. Тут Воттс звертається до дослідження Джорджа Герберта Міда, який називає розум - его. Пояснити його природу важко, але очевидно, що людина пізнає «Я» через «мене», тобто через сприйняття людини іншими⁵⁵. Тому особистість входить до власного досвіду як об'єкт, що визначається суспільними нормами та взаємодіями. А соціально обумовлений розум має поширюватися на всю сферу дій соціальних зв'язків, тому й не обмежується однією особою.

⁵⁴ (Лао Цзи, 1998, с. 120.)

⁵⁵ (Уотс, 1997, с. 39)

Алан Воттс підмітив тут парадокс, адже суспільство стверджує, що его є самостійним та окремим від суспільства, але пізнати його ми можемо лише завдяки соціуму. У соціальній грі люди мають діяти як незалежні один від одного, але не настільки незалежні, щоб не підкорятися правилам.⁵⁶

Алан Воттс посилається на дослідження Грегорі Бейтса, згідно з якими така ситуація називається «подвійним зв'язуванням».⁵⁷ Особистість повинна діяти у двох протилежних напрямках без можливості сказати про свої почуття. Тобто суспільство стовідсотково засудить будь-який вибір кожного. У такому положенні людина схильна до розпачу, що спроможний викликати шизофренію, втрату розуму через абсурдність ситуації та неможливості знайти рішення. Саме шизофренію вважають схожою на почуття звільнення. Адже дзен-буддизм стверджує, що звільнена людина «не має розуму»⁵⁸ і стає бездіяльною. Шизофренія з'являється далеко не у всіх, але нервовий стан присутній у більшості. Для виходу з напруги люди знаходять хобі, читають книги, дивляться фільми. Але істинного звільнення можливо досягнути лише завдяки свідомому розумінню та позбавленню від подвійного зв'язування.

Проблемою розуміння процесу звільнення є мова, адже саме вона виступає як інструмент за допомогою якого здійснюється трансляція почуття та емоції, описання проблеми. Але під час передачі інформації чи емоцій може виникнути непорозуміння через мову.⁵⁹ Тому існують суперечності, що залишаються прихованими від нас, або суперечать законам природи та правилам мови. Психологія відносить їх до несвідомих та тих, які витісняються. У цьому випадку суспільні установки рушають стійку позицію людини щодо реальності, що й викликає страждання та незгоду між людиною та її самосприйняттям. До цієї проблеми Алан Воттс застосував теорію Фрейда, у якій психоаналітик підтверджує виникання неврозу через суперечність між сексуальним почуттям та мораллю західної культури. Ця теорія не є ідеальною через формування на

⁵⁶ (Уотс, 1997, с. 39-40)

⁵⁷ (Уотс, 1997, с. 40)

⁵⁸ (Уотс, 1997, с. 41)

⁵⁹ (Уотс, 1997, с. 40-42)

основі тих самих моральних принципів. Таким чином, сексуальні стосунки прирівнювались до чогось брудного та залежного від природи інстинкту, проти якого неможливо стриматися. Тому актуальність проблеми існує і зараз, бо придушення сексуальності продовжує існувати у суспільстві. Воно стає причиною психопатологічної поведінки. А психотерапія має здійснити примирення протилежностей. Так Юнг наполягав на прийнятті Тіні, а саме прихованого і пригніченого аспекту природи людини. Цей крок має привести до звільнення. Але Алан Воттс підкреслює негативний вплив соціальних інститутів не лише на сексуальний зв'язок, а і на любов до всього, включаючи природу. Адже нам необхідно зрозуміти, що світ складається з кохання і тоді все почне взаємодіяти у гармонії, яку неможливо описати словами.⁶⁰

Таким чином додається містичний елемент, який спонукає невимовність. За її межами прихована сила кохання, яка наближає нас до внутрішнього боку світу, необмеженого мовою. Шлях звільнення намагається зробити містичну свідомість частиною повсякдення. Адже таким є чисте сприйняття світу, у якому «я» відірване від власних думок. За цим принципом виражається полярність у світі, але протилежності не заперечують одна одну. Необхідно прослідкувати зв'язок між ними, який приведе до кохання й віддалить від почуття страху. Саме цей принцип допоможе розвивати шляхи психотерапії, метою яких є усунення психічних відхилень. Люди з психічними проблемами і є сукупністю суперечностей. Навіть психотерапевт не має змоги їх вирішити, бо йому властиві ті ж самі суперечності, що виникли на тлі виховання у тому ж середовищі й за тими ж правилами.

Воттс наголошує на хибному намаганні Заходу відірвати психотерапію та дзен-буддизм від соціального контексту. Помилковим є твердження, що релігія може бути корисною однаковою мірою для будь-якого культурного середовища та країни. Насправді для того, щоб буддизм, як і будь-яке інше вчення, став зрозумілим та почав взаємодіяти з західними категоріями розуміння, необхідно

⁶⁰ (Воттс, 1997, с. 43)

простежити зв'язок з культурою його зародження. Таким чином людина схоплює моменти з інших культур так, як вони відповідають її потребам.⁶¹

У схильності до релігійного синкретизму проявляється здоровий глузд, а не сліпе поглинання ідей однієї релігії. Так на Заході вважають, що дзен-буддизм може замінити християнство, а практичний характер шляхів звільнення дозволить використовувати його методи у повсякденні. Але для кожного індивіда є своя ціль приєднання до дзен-буддизму і далеко не всі використовують шляхи звільнення за істинним призначенням - звільнення індивіда від нав'язування соціальних стереотипів. Через унікальність кожної культури існують власні принципи соціальних стосунків, тому універсальних рішень знайти неможливо. Сучасні адепти буддизму вважають, що саме через соціальні зв'язки визначається «майя» або ж ілюзія, яка приховує істину природу світу. Наше світосприйняття залежить від позицій нашої соціальної відповідності. Тому коли буддійські тексти наголошують на спотворенні всіх речей нашою уявою, то вони вказують на два пояснення. За першим стверджується відсутність конкретного фізичного всесвіту, тому нірвана визначається як порожній стан свідомості. А за другим – речі не мають самоіснування, бо їх визначає відношення до них інших речей, що підтверджує відносний характер фізичного світу. Щоб знайти рішення Воттс звертається до школи Нагарджуни, згідно з вченням якої, Абсолют, що розглядається у межах категорій нашого мислення, є феноменом реальності. А звільнений від роздумів стане істинним Абсолютом. Так проявляється відсутність різниці між світом та абсолютною реальністю.⁶²

Згідно з індійською космологією існує нескінченний цикл реінкарнацій, а шляхи звільнення допомагають позбутися його. Але пробудження істинного «я» вказує на те, що життя не пов'язане з суб'єктами. А через відсутність суб'єкта реінкарнації неможлива. Отже, її також можна віднести до майї, яка постає у вигляді гри. Проте й досі існує велика кількість людей, що підтримують індійську космологію. Єдиним виходом із цього положення є розуміння

⁶¹ (Уотс, 1997, с. 47)

⁶² (Уотс, 1997, с. 49-50)

соціальної обумовленості цієї віри, адже звільнені заперечують реінкарнацію. Цей факт також підтверджує, що звільнення направлене на очищення від соціальних установок, а не від життя. Існує дві причини, згідно з якими теорія про реінкарнацію досі вважається актуальною та підтримується суспільством. Перша полягає у тому, що звільнення не має революційний характер і не ставить за мету рушити традиційні ідеї. А друга підтримує інтерес до прагнення людей стати на шлях звільнення, піти на експеримент.⁶³

Виходячи з цього, задачею гуру стає вказівка на хибні твердження суспільства та роботу над ними, адже вони викликають страждання. Таким інструментом користуються і у психотерапії, бо гуру та психотерапевт вже позбулися конфлікту з самими собою. Вони сприймають себе невіддільно від моделі поведінки, яка їх презентує іншим. Тому вони намагаються допомогти іншим знайти те ж саме звільнення. Тож у буддизмі звільнення повністю заперечує егоцентричний погляд на світ. Так само і в психотерапії, де використовують психоаналіз Фрейда та аналітичну психологію Юнга. Здається, що теорії та методи у шляхів звільнення та у психотерапії різні, але найважливішою спільною рисою в них є ціль, а саме зміна вектору в думках та відчуттях, станах свідомості, в яких має бути подолано дуалізм его та світу.⁶⁴

Одним з методів звільнення є медитація. Вона може проявлятися у вигляді концентрації уваги на певних об'єктах, проблемах чи аспектах свідомості. Або ж навпаки, вона може викликати розслаблення та відсторонення від процесів свідомості й спостерігання за ними. Методи різняться відповідно до напрямків шкіл.

У праці Алана Воттс «Шлях до звільнення», яку було опубліковано посмертно, філософ стверджує, що основною характеристикою медитації є відсутність цілі. Але ця практика постає у вигляді мистецтва усвідомленості, тобто перебуванні у моменті тут і зараз. Алан Воттс підкреслює медитацію як допомогу подолання постійних згадок минулого та занепокоєння про майбутнє

⁶³ (Уотс, 1997, с. 53-55)

⁶⁴ (Уотс, 1997, с. 55-56)

у західного суспільства. Серед цих подій втрачається відчуття актуальності життя. Справжня картина реальності вказує на те, що люди можуть переживати лише теперішнє. Тому постійна втеча у минуле чи майбутнє спотворює та відриває нас від реальності. Така тенденція присутня у суспільстві і підсилюється символічними та словесними вказівками, а медитація є частковою зупинкою потоку символічного мислення. Одним із шляхів зупинки потоку думок є використання мантри - повторення слів або звуків заради їх звучання, а не через наповнення сенсом. Медитація має проходити невимушено без очікувань стану саторі та без часових обмежень. Важливим є лише усвідомлення всього, що існує зараз і нічого існувало чи могли б існувати.⁶⁵

Алан Воттс також дослідив шлях звільнення, властивий Китаю. Він відкривається завдяки даосизму. У цьому вченні ми можемо чітко простежити Дао та відсторонення від слів та термінів. Дао не є концепцією та ідеєю, справжнє Дао неможливо визначити словами, але його можна відчувати, інтуїтивно пізнати. Лао-цзи та Чжуан-цзи порівнювали Дао з водою, адже її також неможливо спіймати чи зламати, але можна зупинити течію, обмеживши простір. Тож Дао є шляхом плину природи та Всесвіту. Немає нічого, що б не створила вода. Алан Воттс продовжив використовувати цю метафору і навіть назвав книгу «Дао - шлях води». У ній підтвердив прагнення Заходу до символізації через намагання пояснити та описати світ словами, приймаючи граматичні та математичні правила за природні. А насправді все, навіть думки - є проявом природи. Для подолання цього чинника необхідно довіритися Дао як першооснові нашого буття. А шлях звільнення допоможе діяти без зусилля «у-вей», очистити розум та стати пасивним. Він перегукується з «не директивною психотерапією», згідно з якою лікар робить логічні висновки на основі почуттів та слів пацієнта. Адже якби у пацієнта не було проблем, він би не прийшов за допомогою.⁶⁶

Зазвичай на шлях звільнення ставали зрілі люди, які створили сім'ю, виростили дітей, адже вважалось, що звільнення не лише від соціальних зв'язків,

⁶⁵ (Уотс, 1999, с. 35-36)

⁶⁶ (Уотс, 1996, с. 55-56)

а й від відповідальності. Так само і Юнг відводив процес індивідуалізації людям у другій половині їх життя. Цей підхід змінив буддизм Махаяни. Також буддизм Махаяни вплинув на повернення після досягнення нирвани. За цим вченням Бодгісаттва після відлюдного життя повертався до суспільства. Людина стає на шлях звільнення у період конфронтації з его та з суспільством, у моменти болю та неможливості протидіяти негативним емоціям та їхньому натиску. Тоді особа починає звинувачувати всіх навколо і себе самого, ігноруючи факт, що страждання викликане суперечністю у соціумі. Алан Воттс називає це явище соціальною грою, щоб пояснити вихід з цього положення завдяки контргрі. Таким чином, людина шукає рішення у гуру чи у психотерапевта. Їхньою ціллю стає підтримка хибних передумов доки людина сама їх не розпізнає. У контргрі індивід не має шансу виграти, бо програш стає демонстрацією єдності, яка складається з подвійностей.⁶⁷

Відповідно до історії дзен, для досягнення звільнення можливо обирати різні способи – дизайн, приготування чаю чи створення віршів. Будь-який вид мистецтва наближає до звільнення навіть без приписування себе до рядів психотерапевтів чи гуру. Завдяки творчій діяльності людина отримує можливість виражати та віддзеркалювати те, що її може тривожити. А відповідно до цього й сприймати та поступову усунути неспокій зі свого життя. Шляхи звільнення стверджують, що життя є грою, тому кожен має брати у ній участь. Відмова від існування гри призведе до подвійного зв'язування та розчарування. А хобі та види діяльності покликані на те, щоб забувати про майбутнє, концентруватися на моменті, бути в грі зараз.

Отже, дзен-буддизм зі шляхами звільнення має схожі моменти до західної психотерапії. На додаток, за думкою Алана Воттса вони б змогли доповнити один одного. Адже ціль психоаналізу все ще не досягнуто. Західне суспільство потребує єдності протилежностей разом з єднанням душі й тіла, дослідження їх як єдиного і нероздільного. Таким чином, люди зможуть позбавитися

⁶⁷ (Воттс, 1997, с. 80-81)

самовідчуження й зрозуміти, що роз'єднання було викликане соціальним фактором. Тому шляхи звільнення допоможуть розірвати пута загальноприйнятих установок. Зокрема, позбутися від морального аспекту вихаваннч, що направляє лише на майбутнє. Але чи зможемо ми насолодитися майбутнім, коли воно стане теперішнім? Адже ігнорування життя в моменті може спричинити втрату насолоди цим відчуттям. Після цього залишиться лише постійне переживання за майбутнє, а це є зацикленням. Вихід із нього допоможуть знайти шляхи звільнення або методи психотерапії. Через усвідомлення теперішнього є можливість позбутися бажання втечі від смерті. Вічність і є теперішнім, у якому розчиняються життя та смерть. Так само і шляхи звільнення залишаються складними до розуміння.

Алан Воттс вбачає багато невизначених теоретичних та практичних нюансів як у шляхів звільнення, так і у психотерапії. Тому закликає порівнювати методи обох між собою з метою прояснення заплутаних моментів. Тим паче, що за словами філософа, не лише західні люди потребують дзен, а і сучасні прихильники на Сході потроху втрачають ентузіазм щодо шляхів звільнення.

ВИСНОВКИ

Дзен-буддизм пройшов великий шлях від Індії спочатку до Китаю та Японії, а потім поширився на терени США, дібрався до Європи. Проте асиміляція з культурою інших держав супроводжувалася складнощами. Адже різний світогляд та релігійні догми потребують часу та зусиль для прийняття нових положень. Простіше було у Китаї, адже на землі, що живе за принципами даосизму, дзен-буддизму було легше адаптуватись через схожість цілей двох вчень.

Щодо Заходу, то процес злиття є сповненим проблемами інтерпретації. Завадська зазначає, що при поширенні філософського вчення до іншої культури, воно втрачає свою оригінальну структуру. Так і перенесення дзен на Захід супроводжується змінами. Відтепер для отримання знання не потрібно відвідувати монастир та підтримувати його дисципліну. Більш того, дзен-буддизм під впливом даосизму зміг набути духовних цінностей, що й допомогло йому стати зрозумілим для реципієнтів. Так і на Заході вчення асимілювалося з культурою жителів.⁶⁸ Алан Воттс назвав цей вид дзен-буддизму бунтівним, адже його прихильники почали приховувати за вченням свої пристрасті, бажання та боротьбу з системою. Такі наслідки виникли через кілька факторів. До них варто віднести недостатню кількість літератури та освітніх джерел через відмову від Святого Письма, бо вчення передається від учителя до учня. Наступним фактором є відсутність компетентних вчителів або ж особлива інтерпретація вчення кожним вчителем. Відірваність від культурного контексту, що спонукає до втрати важливих положень. Не менш помилковою є стратегія західних людей щодо пошуку універсальних рішень для всіх проблем.

Тим паче у період кризи ідеології капіталістичного суспільства, що характеризується суперечністю між науково-технічним прогресом та принципами гуманізму, страхом перед глобальною кризою, західні люди почали шукати допомогу за межами своєї культури у незвичайних традиціях.

⁶⁸ (Завадская, 1977, с. 154-155)

Дзен-буддизм від початку проникнення на Захід можна вважати найбільш популярним та вже західним буддійським феноменом через його злиття майже з усіма видами діяльності західних людей. Більш того, перевагою дзен-буддизму для Заходу є акцент на власних силах для досягнення будь-якої мети, а не постійна надія на святий дух.⁶⁹

Ще у сімдесятих роках XX століття розглядались перспективи розвитку суто західного дзен-буддизму. Одним з основних поширювачів вчення та практики у Європі став Майстер Сандо Кайсен. Він є учнем Десімару Тайсена. Вчитель транслиував вчення школи Сото, але притримувався думки, що в Японії дзен має обмеження певною системою. Тому під час життя в Європі Десімару Тайсен почав практикувати живий дзен, який Сандо Кайсен продовжує передавати своїм учням.⁷⁰ В цілому, Сандо Кайсен наголошує на тому, що дзен був і до появи Будди. Точніше, він існував вічно, а Будда Шак'ямуні його відкрив світу. Більш того, Майстер стверджує, що дзен-буддизм не обмежується лише Сходом, адже всі люди потерпають від страждань. Старість, хвороби та смерть не оминають ні одну живу істоту. Тому дзен-буддизм покликаний на те, щоб пояснювати походження страждання та допомагати його позбутися. Тож, західним людям непотрібно слідувати за методами та культурою, якими характеризується японський дзен. Навпаки, дзен має адаптуватися до культури, у яку потрапив. Так Сандо Кайсен підтверджує існування європейського дзен, який відповідає мові, традиціям та ритуалам європейських людей.⁷¹ Але попри активну діяльність та підтримку від різних культур процес формування західного дзен ще не завершено.

Дзен-буддизм вивчається як з теоретичної точки зору, так і з практичної. Відтепер Захід навіть має своїх представників дзен-буддизму та письмовий матеріал. Тому ця тема продовжує бути актуальною і вивчається у різних напрямках. З одного боку дзен-буддизм досліджується відповідного до

⁶⁹ (Сафронова, 1989, с. 3)

⁷⁰ (Баздырева, 2011). Retrieved from <https://artukraine.com.ua/a/osmyslennaya-dzen-realnost/#.YJF8IbUzY2w>

⁷¹ (Кайсен, 2019). Retrieved from <https://www.sunhome.ru/interview/kaisen.html>

академічного напрямку, а з іншого ведеться аналіз дзен-буддизму під час адаптації до західної культури та інших сфер діяльності. Також з'явилися компаративні роботи дзен-буддизму та напрямків західної філософії, психоаналізу та психотерапії. Різноманітні дослідження дали можливість створити масову літературу для розуміння дзен людям з різних рівнів суспільства. А культурні діячі почали вплітати елементи дзен у свої творчі доробки. Для когось дзен став можливістю протистояння вибудованій системі держави або реалізації своїх бажань та поглядів на життя. Всупереч антибунтівному характеру дзен, саме таким його бачили представники західної інтелігенції, бітники. Але попри неоднорідність видів дзен-буддизму, багато з них зберегли основні напрямки розвитку традиційного японського дзен, додавши символи західної культури.

Розвиток дзен на Заході набирає обертів. Почався процес формування монастирів та центрів, саме в них і проводяться медитації та бесіди з наставниками. Їхнє існування дало можливість підняти важливі соціальні теми. Так жінки розвинули тему рівноправ'я і отримали згоду на медитації з чоловіками у одному залі та навіть можливість стати монахинею та наставницею. Західна інтерпретація вплинула і на зовнішній вигляд – відміна обов'язкового бриття голови та носіння сандалів тощо. Адже люди приходять у центр за змінами внутрішніми, які потім органічно впливають на зовнішність. Зміни також відбулись через спроби раціоналізувати західними людьми ірраціональне вчення. Таким чином, порушується дві традиції - спроби виразити мовою те, що неможливо виразити та неможливість практики зсередини, а лише через об'єктивний підхід до цього.

Складається враження, що дзен-буддизм очікує довгий та цікавий період змін, адаптації та розвитку. Тому тема не втрачає свою актуальність і у сучасному світі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- Анжюк Б., Богомолов О., Гобова Є., Прицак О. & Скопненко О. (26 червня 2019 р.). АКАДЕМІЧНА СИСТЕМА ТРАНСКРИБУВАННЯ КИТАЙСЬКИХ СЛІВ ТА ВЛАСНИХ НАЗВ УКРАЇНСЬКОЮ МОВОЮ, *Затверджено на засіданні вченої ради Інституту сходознавства ім. А. Ю. Кримського НАН України (протокол №4)*, Retrieved from https://oriental-world.org.ua/sites/default/files/Document/pinyin%20to%20ukrainian_26.06.2019.pdf
- Баздырева, А. (2011). Осмысленная дзен-реальность, *ART UKRAINE*, Retrieved from <https://artukraine.com.ua/a/osmyslennaya-dzen-realnost/#.YJF8IbUzY2w>
- Богомазова, Н.М. (2015). Религиозно-философские аспекты доктрины дзен-буддизма в культуре Востока и Запада, *ИЗВЕСТИЯ ТУЛЬСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА. ГУМАНИТАРНЫЕ НАУКИ*, 2(1), с. 3-13.
- Бурба, Д.В. (2018). Практична транскрипція санскритських власних назв та термінів в українській мові, *Східний світ*, (1), с. 104 – 122.
- Гришин, М. В. (2015). СУБКУЛЬТУРА БИТНИКОВ И ИХ РЕЦЕПЦИЯ ДЗЕН-БУДДИЗМА В США (ВТОРАЯ ПОЛОВИНА 50-х - СЕРЕДИНА 60-х ГОДОВ XX ВЕКА), *Вестник МГУКИ*, 5 (67), с. 116 - 122.
- Дюмулен, Г. (2003). *История Дзен-Буддизма*. (Ю.В. Бондарева, Перекл.), Москва: ЗАО Центрполиграф,
- Егорова, А.А. (2014). Керамика «раку»: японская традиция в интерпретации западных мастеров XX века., *Обсерватория культуры*, (6), с. 136 – 141.
- Завадская Е.В. (1977). *Культура Востока в современном западном мире*, Москва: Наука.
- Кайсен С. (2019). Интервью Сандо Кайсен, *Дом Солнца*, (Рымарь А. Перекл. с франц.) Retrieved from <https://www.sunhome.ru/interview/kaisen.html>
- Капло, Ф.Р. (1996). *ТРИ СТОЛПА ДЗЕН. Учение, практика и просветление*. (С.Рысева, Перекл.), Москва: Либрис.

- Капранов, С.В. (2019). ДЗЕН-БУДДИЗМ ТА ДУХОВНО-ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ЯПОНІЇ (ДРУГА ПОЛ. ХІХ–ХХ СТ.), *Східний Світ*, 3, с. 5 – 14.
- Керуак Д. (2013). *Бродяги Дхармы*, (М. Немцов, Перекл.), Санкт-Петербург: Азбука.
- Лао-цзи. (1998). *Даодецзін*. (Ян Хін-шуна та Ж. Ліньова Перекл. з кит.), Київ: Всесвіт. №10, с. 118–133.
- Резепкин, Д. А. (2014). ТРАНСЦЕНДЕНТНОСТЬ И ИММАНЕНТНОСТЬ БЫТИЯ В ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНО-РЕЛИГИОЗНОМ ОПЫТЕ, Альманах современной науки и образования, Тамбов: Грамота. № 9 (87), с. 110 — 113.
- Сафронова, Е. С. (1989). Основные направления распространения дзэн-буддизма в странах Запада // Вопросы научного атеизма. Вып. 38. *Мистицизм: проблемы анализа и критики*. М.: Мысль.
- Сокэй-ан Сасаки, О.Хаксли, Ю.Эвола, & др (2004). *Антология дзэн*. (Перевод с англ. С.Л.Бурмистрова). СПб.: Наука.
- Судзуки, Д. Т., & Кацуки С. (1993). *Дзэн-Буддизм: Основы Дзэн-Буддизма. Практика Дзэн*, (Пер. с англ. Бишкек: МП «Одиссей»), Гл. ред. КЭ.
- Судзуки, Д.Т. (2002). *Очерки о дзэн-буддизме. Часть первая*. (Н. Л. Селиверстова, Перекл.). Санкт-Петербург: Наука.
- Уотс, А. (1996). *Дао — путь воды*, Перекл. Москва: София.
- Уотс, А. (1997). *Психотерапия. Восток и Запад*, Перекл. Львов: Инициатива.
- Уотс, А. (1999). *Путь освобождения*, Перекл. Москва: София.
- Федоришин, М. (1994). *Українська транскрипція японської мови*. Львів.
- Фромм, Э. (2013). *Дзен-буддизм и психоанализ. Психоанализ и религия. Кризис психоанализа*, Перекл. Запорожье: Биг-Пресс.
- Nukariya, K. (1913). *The religion of the Samurai : a study of Zen philosophy and discipline in China and Japan*, London.
- Watts, A. (1996). *Beat Zen, square Zen, and Zen*. *Chicago Review* 42.n3. Retrieved from http://www.thezensite.com/ZenEssays/Miscellaneous/Beat_Zen_Square_Zen.html

Watts, A. (1973). *The Book on the Taboo Against Knowing Who You Are*, ABACUS edn.,: by Sphere Books Ltd.

Watts, A. (1957). *The way of Zen*, New York: Pantheon.