

«ЗАПАДНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ» И «ВОСТОЧНАЯ МЕДИТАЦИЯ» В УЧЕНИИ ОШО О ДУХОВНОМ СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ ЧЕЛОВЕКА

Ю. А. Уймина

Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина, Екатеринбург, Россия
e-mail: yulia.uimina@yandex.ru

Аннотация. Ошо Раджниш – один из самых противоречивых учителей неоиндуизма. Как в зеркале, он в своем учении отразил передовые идеи своего времени, провозгласил те принципы, которые являются желанными и актуальными для современного человека. Несмотря на широкую известность личности Ошо, его значимость как духовного лидера и основателя оригинальной религиозно-философской системы, а также значимость его учения и идей в фокусе духовного совершенствования человека остаются недооцененными. Нерешенным остается вопрос о систематизации учения Раджниша. Главная цель учения Ошо – духовное совершенствование человека, возвращение его к «естественному» состоянию бытия, для этого он соединяет самые разные пути духовного развития, доступные человечеству, в единое целое, заимствует и перерабатывает ключевые, на его взгляд, идеи религиозно-философских теорий Востока и Запада. Учение, которое включает такое количество этих своеобразных «выжимок», не создавалось ни до, ни после Ошо. Все вышеперечисленное является причиной неугасающего интереса к этому духовному лидеру.

В данной статье рассматриваются особенности метода духовного совершенствования человека, которые предлагает неоиндуистский наставник Ошо: соединение «западной психотерапии» и «восточной медитации». Цель настоящей статьи – проанализировать метод Ошо: каким образом в учении гуру сочетаются и интерпретируются «западная психотерапия» и «восточная медитация» для выявления целостной системы воззрений Ошо о духовном совершенствовании человека. Задачи статьи: 1. Выявить, в каком ключе неоиндуистский наставник обращается к западным философским воззрениям, 2. рассмотреть особенности заимствования и интерпретации Ошо западных философских концепций, 3. проанализировать «Метод Ошо» духовного совершенствования человека, включающий в себя два этапа: «разоблачение эго» и «возвращение в естественное» путем «западной психотерапии» и «восточной медитации», 4. рассмотреть особенности медитативных практик Ошо. В исследовании задействованы религиозоведческий, философско-антропологический, и системно-структурный подходы. В данной статье частично отражены некоторые аспекты целостного религиозоведческого анализа антропологического учения Ошо о духовном совершенствовании человека, проведенного впервые. Вследствие данного анализа учение Ошо представлено как целостная гармоничная структура – концепция духовного совершенствования человека, включающая в себя два условных этапа: «разоблачение эго» и «возвращение в естественное» путем использования «западной психотерапии» и «восточной медитации». Выявлено, что методики медитаций Ошо сочетают в себе элементы «западной психотерапии» и «восточной медитации», основаны в общем и целом на системообразующих принципах его учения (осознанности и тотальности), направлены на «внезапное просветление», имеют синкретический характер и могут быть условно разделены на катарсические, созерцательные, медитации центрирования в зависимости от преобладающего метода.

Учение Ошо многогранно и неоднозначно. Для дальнейшего исследования учения Раджниша нужно тонко понимать его внутреннюю логику, различать трактовки одних и тех же понятий, рассматривать их относительно религиозно-философской мысли Ошо в целом. Интерес к учению Раджниша с годами не угасает, что говорит о существовании потребности людей в таком поиске истины, который предложил этот индийский наставник.

Ключевые слова: Неоиндуизм, Ошо, медитации, духовное совершенствование человека, созерцание, осознанность, тотальность.

Для цитирования: Уймина Ю. А. «Западная психотерапия» и «восточная медитация» в учении Ошо о духовном совершенствовании человека // Интеллект. Инновации. Инвестиции. – 2023. – № 1. – С. 93–101, <https://doi.org/10.25198/2077-7175-2023-1-93>.

«WESTERN PSYCHOTHERAPY» AND «EASTERN MEDITATION» IN OSHO'S TEACHING OF MAN'S SPIRITUAL PERFECTION

Yu. A. Uymina

Ural Federal University named after the First President of Russia B. N. Yeltsin, Yekaterinburg, Russia

e-mail: yulia.uimina@yandex.ru

Abstract. *Osho Rajneesh is one of the most controversial neo-Hinduism teachers. Like in a mirror, Osho reflected the main ideas of his time, proclaimed those principles that are desirable and relevant for modern man. Despite Osho's widespread fame, his significance as a spiritual leader and founder of the original religious and philosophical system, the significance of his teachings and ideas in the focus of spiritual improvement of man, remain underestimated. The issue of systematization of Rajneesh teaching remains unresolved. The aim of Osho's teaching is human's spiritual perfection. To achieve this aim, Osho combines diverse ways of spiritual development available to humanity into a single whole. The guru adopts and interprets the key ideas of religious and philosophical theories of the East and the West. The teaching, which includes so many of these peculiar "squeezes", was not created either before or after Osho. All of the above is the reason for the undying interest in this spiritual leader.*

This article discusses Osho's method of man's spiritual perfection: a combination of "Western psychotherapy" and "Eastern meditation". The purpose of this article is to analyze the Osho's method: how "Western psychotherapy" and "Eastern meditation" are combined and interpreted in the guru's teaching to identify an integral system of Osho's views on the spiritual perfection of a human. The objectives of the article are: 1. To identify in what key Osho turns to Western philosophical views, 2. to consider the features of Osho's adoption and interpretation of Western philosophical concepts, 3. to analyze the "Osho's Method" of man's spiritual perfection, which includes two stages: "exposing the ego" and "returning to the natural" through "Western psychotherapy" and "Eastern meditation", 4. To consider the features of Osho's meditational practices. The research involves religious studies, philosophical-anthropological, and system-structural approaches. This scientific article partially reflects some aspects of the religious analysis of Osho's anthropological teaching, conducted for the first time. As a result, Osho's teaching is presented as an integral harmonious structure – the concept of spiritual improvement of a man, which includes two conditional stages: "exposing the ego" and "returning to the natural". Osho's meditations are based on two system-forming principles (consciousness and totality), aimed at "sudden enlightenment", have a syncretic character and can be conditionally divided into cathartic, contemplative and centering, depending on the prevailing method.

For the further research of Osho's teaching it's necessary to understand its inner logic, distinguish the concepts, considering them relative to Osho's religious philosophical thought in general. The interest in Osho's ideas that has not faded over the years, indicates the existence of people's need for such a search for truth, which was proposed by this Indian mentor.

Key words: *Neo-Hinduism, Osho, meditation, human spiritual perfection, contemplation, awareness, totality.*

Cite as: Uymina, Yu. A. (2023) [«Western psychotherapy» and «Eastern meditation» in Osho's teaching of man's spiritual perfection]. *Intellect. Innovacii. Investicii* [Intellect. Innovations. Investments]. Vol. 1, pp. 93–101, <https://doi.org/10.25198/2077-7175-2023-1-93>.

Введение

Ошо Раджниш – один из самых неординарных и противоречивых современных неоиндуистских наставников. В широком смысле Ошо – «дитя своего времени» – общества потребления и культуры постмодерна, времени информационной открытости, «стирания» границ между государствами в результате тенденции глобализации, взаимопроникновения культур Востока и Запада, времени смены смысловых начал человеческого бытия и поиска альтернативных онтологических ориентиров, в ходе которого западные люди обращаются к неизведанной мистической религиозной культуре Востока, указывающей им новые горизонты на духовном пути.

Несмотря на широкую популярность личности Ошо, мало кто даже из числа его последователей может изложить содержание его взглядов. На сегодняшний день нерешенным остается вопрос о систематизации учения Раджниша. Ошо зачастую разбирают по цитатам, из-за чего теряется целостность, логика и основная мысль учения. Данная статья отражает некоторые аспекты целостного религиозоведческого анализа его антропологического учения о духовном совершенствовании человека, проведенного автором статьи впервые. Данный анализ имеет большую ценность с точки зрения религиоведения и культурологии. Ошо каким-то образом прочувствовал, что необходимо современному человеку, и отразил в своем учении, как в зеркале,

передовые идеи своего времени, провозгласил те принципы, которые являются желанными и актуальными для современного человека. Его религиозно-философское учение основано не на строгих догматах, но на действительном опыте индивида, «живой вере» человека в собственные силы, свою божественность и взаимосвязь с космосом и природой. Он переосмысливает отношение к вопросу религиозности в целом.

Учение неоиндуистского наставника Ошо, на первый взгляд, эклектично, однако при более детальном рассмотрении можно увидеть, что оно пронизано внутренней логикой, а элементы учения образуют стройную систему, основной идеей которой является духовное совершенствование человека. Гуру заимствует и перерабатывает ключевые, на его взгляд, идеи религиозно-философских теорий Востока и Запада¹, интерпретируя их в своем ключе и находя таким образом подтверждение своих собственных взглядов. Ошо глубоко гуманистичен в своих воззрениях, ставит человека, его взаимоотношения с Богом, с природой, окружающим миром и космосом, с другими людьми на первое место. Объединив в своем учении элементы «западной психотерапии» и «восточной медитации» [6, с. 289], Раджниш сделал свое учение близким и понятным западному человеку, рационально обоснованным. В то же время, применение «внеумственных» методов созерцания и медитации открыло западному человеку новые грани познания беспредельной и абсолютной божественности, его собственному божественного «я». В каком-то смысле учение Ошо стало тем мостом, который соединил Восток, «тянувшийся» к Западу через учения неоиндуизма, и Запад, обратившийся к Востоку с потребностью утоления духовной жажды.

В данной статье автор ставит перед собой цель – проанализировать метод Ошо: каким образом в учении гуру сочетаются и интерпретируются «западная психотерапия» и «восточная медитация» для выявления целостной системы воззрений Ошо о духовном совершенствовании человека. Исходя из этой цели автором были поставлены следующие задачи: 1. Выявить, в каком ключе неоиндуистский наставник обращается к западным философским воззрениям, 2. рассмотреть особенности заимствования и интерпретации Ошо западных философских концепций, 3. проанализировать «Метод Ошо» духовного совершенствования человека, включающий в себя два этапа: «разоблачение эго» и «возвращение в естественное» путем «западной психотерапии» и «восточной медита-

ции», 4. рассмотреть особенности медитативных практик Ошо.

В исследовании задействованы религиозно-философский, философско-антропологический и системно-структурный подходы. Религиоведческий подход в рамках текущей работы предполагает взгляд «извне» на религиозно-философское учение Ошо. Автор максимально объективно исследует религиозно-философские взгляды неоиндуистского наставника и рассматривает его учение как социокультурный феномен современности. Философско-антропологический подход применяется автором, поскольку предмет исследования, учение неоиндуистского наставника Ошо, имеет философско-антропологический характер – оно нацелено прежде всего на человека. Для лучшего понимания и интерпретации метода Ошо использован системно-структурный подход: автор выделяет в методе два условных этапа духовного совершенствования человека.

В результате данного исследования можно выявить особенности метода духовного совершенствования человека неоиндуистского наставника Ошо Раджниша, понять цель и логику его учения, содержание его религиозно-философских взглядов на духовное совершенствование человека в целом, осознать важность учения и личности Ошо в культурологии и религиоведении.

Западные философские концепции в учении Ошо

Рассмотрим подробнее, в каком ключе Ошо обращается к «западной психотерапии». Исследователь его творчества А. С. Сиргия отмечает, что Ошо «наибольшее внимание уделял именно тем концепциям европейской философии и культуры, в которых проблеме человека отводится главенствующая роль» [9, с. 74]. Раджниш, несомненно, был знаком с западной философией, хорошо знал учения И. Канта, Г. Ф. Гегеля, М. Хайдеггера – книги этих философов можно назвать настольными для гуру. Однако в первую очередь гуру обращается к философским учениям Древней Греции, воззрениям Гераклита, Диогена, но в особенности близки ему философские позиции Сократа и Платона. Ошо рассуждает о воззрениях Сократа в своих беседах «И здесь, и сейчас: о бессмертии души и смысле жизни», «Творчество», «Библия Раджниша» и др. Неоиндуистского наставника привлекают многие идеи Сократа, например, об устройстве социума (идея меритократии), однако Ошо придает учению Сократа о человеке особое значение: греческий

¹ Ошо создал учение, в котором объединил элементы различных религиозно-философских концепций: буддизма тхеравады, дзэн-буддизма, индуизма, суфизма, лоаяты, даосизма и джайнизма, а также индуистской тантры. Раджниша обращался и к западным философским теориям и направлениям, к примеру, философии Ф. Ницше, психоанализу З. Фрейда, учениям философов-экзистенциалистов.

философ отводил человеку главную роль в процессе познания, вернее, самопознания. Исследователь А. В. Ващенко справедливо отмечает, что «все философские проблемы были сформулированы уже в античности и последующее развитие философского знания – это, по сути, поиск ответов на поставленные древними мудрецами вопросы» [1, с. 25]. Таким образом, поворачиваясь к самому себе и пытаясь найти ответ на мировоззренческий вопрос «Кто я?», человек не только формирует себя как личность, но и пытается познать свою истинную суть. Именно познание своей истинной (а в контексте учения Ошо и *божественной*) сути является главной целью учения Раджниша, поэтому неоиндуистскому наставнику так близка философская мысль Сократа. Ошо разделяет взгляды философа и на проблему возможности достижения человеком истинного знания: «Я знаю, что я ничего не знаю» – кредо Сократа – становится определяющей позицией и для неоиндуистского наставника. А. С. Сиргия подмечает, что ирония Раджниша во многом напоминает сократическую иронию, а сомнение как философская позиция, так же, как и Сократу, «служит Раджнишу предпосылкой для обращения человека к рефлексии над основаниями своего мышления и самой жизни» [9, с. 76]. Сомнение, согласно Ошо, – это «знак вопроса», «открытые двери», его стремление самому исследовать, познавать истину. Гуру говорит о сомнении как необходимой для духовного роста составляющей, оно естественно, и «единственное, что выделяет человека из животного мира – это его “знак вопроса”» [3, с. 11]. Сомнение – «привилегия человека» [18, с. 105], оно дает человеку стимул познавать самого себя, свой внутренний мир, что является ключевым моментом, своего рода отправной точкой в вопросе его духовного совершенствования.

Далее, Ошо обращается и к более поздним западным учениям, особое внимание уделяя трудам Ф. Ницше, З. Фрейда, Ж.-П. Сартра, а также В. Райха. Ф. Ницше оказал большое влияние на формирование учения Раджниша о человеке. Сам неоиндуистский наставник считал Ф. Ницше «величайшим философом», «прирожденным мистиком» [14, р. 3]. Фридриху Ницше Ошо посвящает свои беседы «Заратустра: танцующий Бог», «Заратустра: смеющийся пророк» (1987). Раджнишу импонировал скептический настрой немецкого философа относительно морали и религии, а концепция «нового человека» Ошо напоминает «сверхчеловека» Ф. Ницше. Сам философ так определял человека: «Человек – это канат, натянутый между животным и сверхчеловеком» [2, с. 10]. По словам исследователя С. А. Ос-

мановой, сверхчеловек Ф. Ницше «представляет собой существо, которое смогло найти в себе силы подняться над толпой, существо, преодолевшее надуманные ограничения предрассудков и заскоружных обычаев. Это великий гений, способный творить историю по своей воле, не оглядываясь на мнение толпы»². Мог ли Ошо, критикующий догматизм в религиях, выступающий за преодоление социальных и моральных норм и ограничений, подвигающий своих последователей жить тотально и полноценно, остаться равнодушным к учению Ф. Ницше? Ответ очевиден, и все же, как утверждает А. С. Сиргия, «Новый человек» Ошо «отличен от сверхчеловека Ф. Ницше», поскольку он «просто человек, осознающий живую целостность и единство реального мира, человек, ставший достаточно зрелым, чтобы постоянно выходить за пределы самого себя» [9, с. 80]. «Ното повус» Ошо – человек безо всякого «сверх», стремления стать выше или лучше других, обыкновенный, но живущий осознанно и полноценно. Ошо соглашается и с мнением философа о том, что творческие люди, мыслящие неординарно, вернее, в большей степени чувствующие взаимосвязь с миром, – писатели, поэты, художники, музыканты – необходимы обществу, т.к. они обладают качеством спонтанности, способностью мыслить и действовать неординарно, жить «во всей полноте», *тотально*. Неоиндуистский наставник также заимствует из «Речи Заратустры» Ф. Ницше различную символику, к примеру, змеи и орла, олицетворяющих мудрость и свободу [15, р. 13], а также символику верблюда, льва и ребенка, когда говорит о стадиях духовного совершенствования и становления «нового человека». Впрочем, данная символика присутствует также и в учении суфиев [10, с. 54].

Философия экзистенциализма также во многом близка идеям Ошо. Согласно Раджнишу, современный человек «постоянно находится в кризисе», в состоянии напряжения и беспокойства. Говоря о противоречивости человеческой натуры, Ошо обращается к философским взглядам Ж.-П. Сартра, который определяет человека следующим образом: «Для экзистенциалиста человек потому не поддается определению, что первоначально ничего собой не представляет. Человеком он становится лишь впоследствии, причем таким человеком, каким он сделает себя сам. Таким образом, нет никакой природы человека, как нет и бога, который бы ее задумал» [8, с. 320]. Нельзя сказать, что позиция Ошо идет вразрез с точкой зрения философа. Неоиндуистский учитель соглашается с Ж.-П. Сартром, когда говорит о самопознании, о сомне-

² Османова С. А., Цинпаева Ф. С. Модель сверхчеловека по Ф. Ницше: основные предпосылки и их анализ // Молодой ученый. – 2018. – № 40 (226). – С. 235.

нии как определяющей мировоззренческой позиции, об ответственности человека за самого себя, отрицает существование бога, признавая, однако, понятие «божественности». Так же, как и французский мыслитель, Ошо критикует рационализм в качестве основного метода познания истины [9, с. 85], но делает это в своем ключе: «Жан-Поль Сартр прав, назвав другого адом. Но все же <...>. Весь ад – в тебе, в твоей немедитативности, в твоей неспособности быть одному и самому наполнить свое существование ликованием. Вы оба неспособны на это» [4, с. 285].

Обращается Раджниш и к философам психоаналитического направления, например, к К. Г. Юнгу и З. Фрейду. Ошо считает психоанализ весьма полезным, но лишь до определенной степени. Согласно гурӯ, этот метод «не объясняет смысла жизни, не показывает ее значимости, не выводит за пределы жизни и смерти»³, не способствует рождению целостной души – люди остаются такими же «фрагментарными». Метод З. Фрейда делает людей лишь «чуть менее несчастными», помогая связать цепь каких-либо событий, мыслей, эмоций воедино, но не способен выйти «за пределы ума». Цель психоанализа, считает Ошо, «не так уж велика: всего лишь помочь человеку стать нормальным», однако «не дает ему ощущения полного единства» [6, с. 270]. Человеку же необходимо отбросить сознательный ум, «проникнув в область сверхсознания» [9, с. 83].

В. Райха Ошо считает «уникальным гением, способным видеть и чувствовать недоступное обыкновенным людям» [7, с. 61]. А. С. Сиргия отмечает, что общим для методов В. Райха и учения Ошо является «работа над вскрытием телесных и психоэнергетических блоков» [9, с. 22], которые приобретаются в процессе аккультурации: любое умственное нарушение отражается в теле человека, и дух человека невозможно освободить, не избавившись от таких энергетических блоков.

В общем и целом, Ошо считает, что философские концепции Запада не могут обеспечить для человека истинный духовный рост, но способны лишь «подготовить почву» для него: сделать человека мыслящим, «нормальным», способным осознавать себя и концентрироваться. Дальнейшее духовное осознание человека, согласно гурӯ, возможно лишь только посредством медитации.

Метод Ошо: «Западная психотерапия»

Метод Ошо представляет собой, с одной стороны, «разоблачение» эго человека, раскрытие истинных мотивов его действий (в этом, на его взгляд, может помочь «западная психотерапия»),

с другой, – возвращение его в некое естественное состояние божественности и единства с миром (для этого необходимо использовать методы «восточной медитации»). Поэтому уместно было бы рассматривать учение Ошо разделенным на два условных *этапа*: «разоблачение эго» и «возвращение в естественное». Данные этапы происходят в большей степени параллельно, чем последовательно: освобождаясь от эго, человек одновременно становится естественнее.

Этап «разоблачения эго» в учении Ошо связан именно с «западной психотерапией» и с логической и практической точек зрения является более ранним. Процесс «разоблачения эго» представляет собой выявление истинных мыслей, намерений человека, освобождения его личности от различных «наслоений», чтобы в конечном итоге, человек мог прийти в состояние безмыслия, «пустого бамбука», которое можно было бы описать как состояние полной осознанности, безмятежного спокойствия и наблюдения. Процесс «разоблачения эго» можно было бы сравнить с процессом очищения луковицы, который Ошо подразделяет на несколько слоев: первый слой, или слой «социальной смазки»⁴, самый поверхностный, он «обеспечивает гладкость взаимодействия» с социумом [5, с. 39]. Второй слой «ролевых игр», подразумевающий социальные роли. Ошо также называет его «игровым слоем» [5, с. 40]. В третьем слое («хаос») царят «энергии без правил», которые пугают человека, из-за чего он боится продвигаться «внутрь себя»: подразумеваются внутренние побуждения и истинные чувства и эмоции человека. Четвертый «слой смерти» подразумевает смерть человеческого эго. Чтобы прийти данный уровень, считает гурӯ, необходимо «признать смерть», сохранять бдительность, а также обращаться к наставнику. В этом случае человек может прийти к пятому слою («слою жизни»), находящемуся «за пределами смерти». Если же человек по-прежнему осознан, он переходит этот слой «наслаждения, радости, блаженства» – и оказывается в центре, «сердцевине», который Ошо также называет «трансцендентальным слоем» [5, с. 52], где и приходит к осознанию своей божественной сути, «возвращаясь в естественность»: «Знание возможно лишь тогда, когда ты выходишь за пределы жизни и смерти» [5, с. 55]. Вышеперечисленные слои эго мешают человеку осознать высшее духовное начало, поэтому их необходимо «разбить», для чего нужно быть бдительным, осознанным и обладать способностью наблюдения за собой со стороны [16, р. 29]: быть «бездеятельным свидетелем», «безмолвным наблюдателем» [13, р. 8, 13].

³ На это, считает гурӯ, способна лишь медитация.

⁴ Ошо ссылается на Ф. Перлза, основателя гештальт-терапии.

Метод Ошо: «Восточная медитация»

Неоиндуистского наставника интересует именно практическая сторона проблемы духовного совершенствования человека, а именно *как* достигнуть состояния безмыслия или «пустого бамбука», как почувствовать «вкус божественного». Согласно Раджнишу, человек не может духовно совершенствоваться лишь с помощью психоанализа, поскольку это является только «подготовительным этапом». Человеку необходимо вернуться в естественное состояние неразделенности с бытием, Богом, «ничто», изначально ему присущим, через «восточную медитацию». Ошо дает некоторые рекомендации, например, пребывать в тишине и покое, наедине с природой, в молчании и бездействии⁵, однако отмечает при этом, что это трудновыполнимо для современного человека, живущего в высоком жизненном темпе. В своих беседах Раджниш неоднократно отмечает, что «западный ум очень нетерпелив» [5, с. 194], и поэтому ему необходимо предварительное очищение.

Для того чтобы избавить адептов от лишних эмоций, мешающих пробраться сквозь слои эго к трансцендентальному знанию, прийти в состояние безмыслия, Ошо разработал катарсические методы медитаций. Это техники «очищения», в ходе которых происходит эмоциональное высвобождение, ведущее к естественному расслаблению тела и ума⁶: «я создаю техники (медитации – Ю.У.) <...> для любого (человека – Ю.У.) – будь он с Запада или с Востока» [5, с. 194]. Можно сказать, что в катарсических медитациях Раджниша «сходятся» методы «западной психотерапии» и «восточной медитации»: посредством катарсиса человек освобождается от лишних эмоций, переживаний, успокаивает свой ум, становится более созерцательным, то есть в состоянии, противоположном активному действию.

После освобождения от эмоциональной и умственной перегруженности человеку легче прийти к состоянию «пустого бамбука», которое помогает обрести осознанность, жить, откликаясь на окружающий мир. Ошо выделяет несколько этапов осознанности, соответственно, осознанности тела, мыслей и чувств. Эти этапы человек проходит последовательно, постепенно включая один из них в другой: первый шаг – внимание к своему телу, затем второй шаг – осознание своих мыслей. Когда ум и тело человека находятся в покое, они «сонастроены друг с другом» [17, р. 18–19]. Третий шаг – осознание чувств, эмоций, настроения.

Как только происходит осознание этих трех слоев, они соединяются в одно явление – тогда случается «предельная осознанность» [Ibid.], или максима осознанности – состояние, которое обозначает вершину духовных устремлений человека: проявляя бдительность, наблюдательность, можно обрести просветление.

Раджниш воплощает идею осознанности и на практике: поскольку одного катарсиса для предельной осознанности недостаточно, он творчески заимствует для своего ашрама методики, нацеленные на сосредоточение, наблюдение, созерцание⁷, взятые из практик йоги, буддизма, даосизма и других учений. Некоторые методики неоиндуистского наставника нацелены на развитие центрированности, вовлеченности, тотальности⁸ человека, но в них также большое внимание уделяется осознанности. Было бы ошибочно делать строгое деление техник медитаций Ошо на катарсические, созерцательные и тотальные (медитации центрирования): каждая медитация имеет несколько этапов, в которых одна методика может сменяться другой, – уместно лишь говорить о преобладающей методике в той или иной медитации. Помимо медитаций, Ошо активно практиковал *самсанг*, беседы, в ходе которых наставлял своих учеников, создавая «моменты тишины», в ходе которых через состояние безмыслия последователи также могли прийти к осознанности.

Подобно Дж. Руми, из учения и практик которого (Ордена Маулавия) был перенят священный танец дервишей (суфийские кружения), «головокружительный хоровод планет, наполняющий космос божественной радостью» [11, с. 92]. Ошо уделял большое внимание звуковому и музыкальному наполнению медитаций, поскольку, как и Дж. Руми, он полагал, что музыка имеет большое влияние на человека и помогает ему прийти в особое состояние безмыслия и стать чувствительным к «тонким воздействиям незримых высших миров» [12, с. 13]. Для каждой медитации придуман особый звукоряд, разбитый на несколько частей (стадий), разделяемых звуками гонга. Самые известные медитации Ошо: «Динамическая медитация», «Кундалини», «Надабрама», «Випассана», «Мандала», «Гуришанкар», «Суфийские кружения», «Чакровое дыхание», «Золотой свет» и др.

Соединив таким образом восточные и западные учения, Ошо создает некий синтез, комплекс теоретический знаний и практического их осуществления, способствующий воплощению главной цели учения гуру – достижения естественного божест-

⁵ Которое понимается как отсутствие стремления, цели, т. е. «пребывание», а не «стремление».

⁶ К примеру, «Динамическая» медитация, «Кундалини», «Натарадж».

⁷ К примеру, в медитациях «Випассана», «Надабрама», «Мандала» и др.

⁸ К примеру, медитации «Натарадж», «Суфийские кружения».

венного состояния человека путем его духовного совершенствования.

Заключение

В результате проведенного исследования в данной статье автор выявляет особенности метода духовного совершенствования человека неоиндуистского наставника Ошо Раджниша: соединение «западной психотерапии» и «восточной медитации». Автором рассмотрено, в каком ключе неоиндуистский наставник Ошо обращается к западным философским воззрениям, проанализированы особенности заимствования и интерпретации Ошо западных философских концепций. Определены особенности «Метода Ошо», включающего в себя два параллельных этапа: «разоблачение эго» и «возвращение в естественное»; рассмотрены особенности медитативных практик Ошо, сделана их систематизация относительно преобладающего метода. Данное исследование помогает лучше понять логику учения неоиндуистского наставника, содержание его религиозно-философских взглядов на духовное совершенствование человека в целом, осознать роль личности Ошо в культурологии и религиоведении, рассмотреть его учение как социокультурный феномен современности.

Метод Ошо, представляющий собой соединение «западной психотерапии» и «восточной медитации» представляет собой поэтапное «возвращение» человека к «естественному» «божественному» духовно совершенному состоянию и включает два этапа: «разоблачение эго», его «слоев» с помощью «западной психотерапии» и «возвращение в естественное» путем «восточной медитации». В результате прохождения данных этапов, считает Ошо, человек становится осознанным и тотальным в своих

мыслях, словах и действиях. Вершина духовных устремлений человека – предельная осознанность и тотальность, ведущая к «естественному» состоянию бытия, которое возможно достичь с помощью различных методов медитации. Медитации Ошо представляют собой синтез различных методов, взятых из практик восточных религиозных учений, и могут быть условно разделены на катарсические медитации, медитации сосредоточения и центрирования. Благодаря медитациям, считает Ошо, человек может прийти к максимальной осознанности и тотальности, «естественному» «божественному» состоянию бытия.

Ошо попытался целостно подойти к вопросу самопознания и самосовершенствования человека, задействовав для своего учения все известные ему концепции и практические методики. Он был одним из первых мыслителей своего времени, который соединил в своем ключе восточные и западные методы самопознания: рациональный и нерациональный, философию, психоанализ и медитацию. Человеческое существо бесконечно многогранно, и чтобы человек мог познать самого себя, недостаточно изучать философию, психологию или религии, считает Ошо, – данные области знания могут лишь частично помочь человеку в процессе самопознания. Объединив таким образом Восток и Запад и интегрировав различные концепции и методики, Ошо создает некий синтез, свое учение о духовном совершенствовании человека. Для дальнейшего изучения наследия Ошо исследователю нужно понять и тонко прочувствовать внутреннюю логику учения этого неоиндуистского наставника, различать трактовки одних и тех же понятий в зависимости от контекста, рассматривать их относительно религиозно-философской мысли Ошо в целом.

Литература

1. Ващенко А. В. Самопознание в античной философской мысли и христианской традиции // Вестник Русской христианской гуманитарной академии. – 2020. – Том 21. – № 2. – С. 24–31, <https://doi.org/10.25991/VRHGA.2020.21.2.002>. EDN: TLFXAE.
2. Ницше Ф. Так говорил Заратустра: Пер. с нем. Антоновский Ю. М. – СПб.: Азбука – Агтикус, – 2014. – 348 с.
3. Ошо Библия Раджниша: Пер. с англ. Ф. Садыкова, С. Штейнман. – М.: Либрис, 1995. – Т. 3, ч. 1. – 384 с.
4. Ошо Белый Лотос: беседы о Мастере дзэн Бодхидхарме: Пер. с англ. Б. Андрущенко, Н. Гончарова. – М.: София, – 2012. – 320 с.
5. Ошо Просветление – наша истинная природа: Пер. с англ. Е. Мирошниченко. – М.: София, – 2012. – 256 с.
6. Ошо Автобиография духовно неправильного мистика: Пер. с англ. Т. В. Лебедевой. – СПб.: Весь, – 2015. – 416 с.
7. Ошо И здесь, и сейчас. О бессмертии души и смысле жизни: Пер. с англ. Ма Прем Пуджа. – М.: София, 2017. – 256 с.
8. Сартр Ж.-П. Экзистенциализм – это гуманизм // Сумерки богов. – М.: Политиздат, 1989. – С. 319–344.
9. Сиргия А. С. Творчество Раджниша в контексте взаимодействия культур Востока и Запада: дис. ... канд. филос. наук. – СПб., – 2013. – 160 с.

10. Уймина Ю. А. Суфизм как один из источников учения Ошо (Шри Раджниша) // Религиоведение. – 2017. – № 2. – С. 51–58, <https://doi.org/10.22250/2072-8662.2017.2.51-57>. EDN: ZFAGAX.
11. Хусейнов Н. М. Общепедагогические идеи в суфийской поэзии средневекового Востока (на основе анализа поэтических трактатов Санаи, Аттара и Джалалиддина Руми): дис. ... канд. пед. наук. – Душанбе, – 2016. – 210 с.
12. Щедровицкий Д. Руми Дж. Дорога превращений: суфийские притчи: Пер. с фарси Д. Щедровицкого. – М.: ОКЛИК, – 2007. – С. 9–22.
13. Osho (1980) *The Orange book. The meditation techniques of Bhagwan Shree Rajneesh*: Ed. by Ma Yoga Laxmi, Bombay: Usha Offset Printers Pv, – 228 p. – URL: <https://oshorajneesh.com/download/osho-books/Meditation/OrangeBook.pdf> (accessed: 16.09.2022).
14. Osho (1987) *Zarathustra: A God That Can Dance*. Commentaries on Friedrich Nietzsche's Thus Spoke Zarathustra. – URL: https://oshorajneesh.com/download/osho-books/western_mystics/Zarathustra:_A_God_That_Can_Dance.pdf (accessed: 16.09.2022).
15. Osho (1987) *Zarathustra: The Laughing Prophet*. Commentaries on Friedrich Nietzsche's Thus Spoke Zarathustra: Ed. by Ma A. Shanti, Ma M. Suvarna. – URL: https://oshorajneesh.com/download/osho-books/western_mystics/Zarathustra_the_Laughing_Prophet.pdf (accessed: 16.09.2022).
16. Osho (1996) *The Inner Journey*. Pune: The Rebel Publishing House, – 270 p.
17. Osho (2001) *Awareness: The Key to Living in Balance*. New York: St. Martin's Griffin Press, – 208 p.
18. Osho (2009) *The wisdom of the sands. Sufism: a way into the Mysteries of Existence. Volume 1*. – India, Mumbai: Thomas Press Ltd, – 262 p.

References

1. Vaschenko, A. V. (2020) [Self-knowledge in Ancient Philosophical Thought and Christian Tradition]. *Vestnik Russkoi Hristianskoi Gumanitarnoi Akademii* [Bulletin of the Russian Christian Humanitarian Academy]. Vol. 21, No. 2, pp. 24–31. (In Russ.).
2. Nietzsche, F. (2014) *Tak govoril Zarathustra* [Thus spoke Zarathustra]. St.Petersburg: Azbuka – Atticus, 348 p.
3. Osho (1995) *Biblia Rajnisha* [Rajneesh Bible]. Vol. 3, Part 1, Moscow: Libris, 384 p.
4. Osho (2012) *Belii lotos: besedi o mastere dzen Bodhidharma* [The white lotus: talks about Bodhidharma zen master]. Moscow: Sofia, 320 p.
5. Osho (2012) *Prosvetlenie – nasha istinnaya priroda* [Enlightenment is our true nature]. Moscow: Sofia, 256 p.
6. Osho (2015) *Avtobiografiya duhovno nepravilnogo mistika* [Autobiography of spiritually incorrect mystic]. St. Petersburg: Ves, 416 p.
7. Osho (2017) *Izdes i seichas. O bessmertii dushi I smisle zhizni* [And now and there. About the immortality of the soul and the meaning of life]. Moscow: Sofia, 256 p.
8. Sartre, J. P. (1989) *Ekzistencializm eto gumanizm* [Existentialism is humanism]. In: *Sumerki bogov* [Twilight of the gods]. Moscow: Poliizdat, pp. 319–344.
9. Sirgia, A. S. (2013) *Tvorchestvo Rajnisha v kontekste vzaimodeistvia kultur Vostoka i Zapada. Kand. Diss.* [Rajneesh's creativity in the context of the interaction of East and West cultures. Cand.Diss]. St.Petersburg, 160 p.
10. Uimina, U. A. (2017) [Sufism as one of the sources of Osho's (Shri Rajneesh) teaching]. *Religiovedenie* [Religious studies]. Vol. 2, pp. 51–58. (In Russ.).
11. Huseinov, N. M. (2016) *Obschepedagogicheskie idei v sufiiskoi poezii srednevekovogo Vostoka (na osnove analiza poeticheskikh traktatov Snai, Attara, Dzhallaladdina Rumi)* *Kand. Diss.* [General pedagogical ideas in Sufi poetry of the Medieval East (based on the analysis of the poetic treatises of Sanai, Attar and Jalaliddin Rumi) Cand. Diss.]. Dushanbe, 210 p.
12. Schedrovickii, D., Rumi, J. (2007) *Doroga prevraschenii: sudiiskie pritchi* [The Road of Transformations: Sufi Parables]. Moscow: Oklik, pp. 9–22. (In Russ.).
13. Osho (1980) *The Orange book. The meditation techniques of Bhagwan Shree Rajneesh*. Available at: <https://oshorajneesh.com/download/osho-books/Meditation/OrangeBook.pdf> (accessed: 16.09.2022). (In Eng.).
14. Osho (1987) *Zarathustra: A God That Can Dance*. Commentaries on Friedrich Nietzsche's Thus Spoke Zarathustra. Available at: https://oshorajneesh.com/download/osho-books/western_mystics/Zarathustra:_A_God_That_Can_Dance.pdf (accessed: 16.09.2022). (In Eng.).
15. Osho (1987) *Zarathustra: The Laughing Prophet*. Commentaries on Friedrich Nietzsche's Thus Spoke Zarathustra. Available at: https://oshorajneesh.com/download/osho-books/western_mystics/Zarathustra_the_Laughing_Prophet.pdf (accessed: 16.09.2022). (In Eng.).

16. Osho (1996) The Inner Journey. Pune: The Rebel Publishing House, 270 p. (In Eng.).
17. Osho (2001) Awareness: The Key to Living in Balance. New York: St. Martin's Griffin Press, 208 p. (In Eng.).
18. Osho (2009) The wisdom of the sands. Sufism: a way into the Mysteries of Existence. Vol. 1. India, Mumbai: Thomas Press Ltd, 262 p. (In Eng.).

Информация об авторе:

Юлия Анатольевна Уймина, ассистент кафедры лингвистики и профессиональной коммуникации на иностранных языках, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина, Екатеринбург, Россия
e-mail: yulia.uimina@yandex.ru

Статья поступила в редакцию: 04.10.2022; принята в печать: 19.01.2023.

Автор прочитал и одобрил окончательный вариант рукописи.

Information about the author:

Yulia Anatolyevna Uimina, Assistant of the Department of Linguistics and Professional Communication in Foreign Languages, Ural Federal University named after the First President of Russia B. N. Yeltsin, Yekaterinburg, Russia
e-mail: yulia.uimina@yandex.ru

The paper was submitted: 04.10.2022.

Accepted for publication: 19.01.2023.

The author has read and approved the final manuscript.