



# МЕТАГАЛАКТИЧЕСК ИЙ ЦЕНТР САНКТ- ПЕТЕРБУРГА ПРЕДСТАВЛЯЕТ

Из цикла «Развитие  
Метагалактического мышления»

# Ассоциативный дзен



# Как рождается творчество?

A scenic landscape with a pine tree silhouette on a cliff overlooking misty mountains at dawn or dusk. The sky is a mix of blue and purple, and the mountains are layered in the distance, creating a sense of depth and vastness. The pine tree is in the foreground on the right, its branches reaching out over the landscape.

Увидеть мир в одной песчинке  
И космос весь - в лесной травинке  
Вместить в ладони бесконечность  
И в миге мимолетном вечность.

Уильям Блейк

# Ассоциация

(от лат. associatio — соединение)  
— связь между психическими явлениям  
и, при которой актуализация  
(восприятие, представление) одного из  
них влечет за собой появление другого.

Постучи в Небеса  
и прислушайся к Звуку



что наша жизнь — попытка  
открыть распахнутую дверь...

# В психологии

- Психофизиологическая основа ассоциации – условный рефлекс. В различных направлениях психологии было предложено выделять ассоциации по типу их образования.
- 1) по сходству (красное — пурпурное);
- 2) по контрасту (большое — маленькое);
- 3) по смежности в пространстве или времени (запах приправы к пище вызывает аппетит);
- 4) причинно-следственные (сильный ветер — озноб).

Было обнаружено, что сила связи зависит от ряда условий: силы впечатлений, вызываемых элементами связи; их новизны, а также способностей индивида.



Дзен



# Что это?

- От слияния ведического и даосского потоков родилось уникальное течение:
- отличающееся необычайной живостью, естественностью,
- красотой и парадоксальностью
- — дзэн (чань)-буддизм.
- Другое (официальное) название — Сердце Будды (кит. Фо Синь); также можно перевести как Ум Будды.



# Путь дзен

- Дзэн — это творческое состояние, наивысшее цветение, чистота и постоянная приподнятость духа, это непрекращающаяся медитация.
- Вытекает из даосизма, согласно которому основой миропорядка является дао -

## **ИСТИННЫЙ ПУТЬ.**

- Задача ученика дзэн — отыскать этот путь и неукоснительно следовать ему, ибо человек дзэн, куда бы он ни шёл, всегда движется к своему Высшему Я, к Источнику Бытия, к источнику насыщения.

Каким было твое лицо до  
того, как родились твои  
Отец и Мать?



# Идея? !

- Центральная идея дзен проста и удивительна: каждое существо обладает природой пробуждённого Будды,
- цель жизни — познание этой природы, познание собственной истинной природы и, следовательно, познание самих себя.



# Эрих Фромм

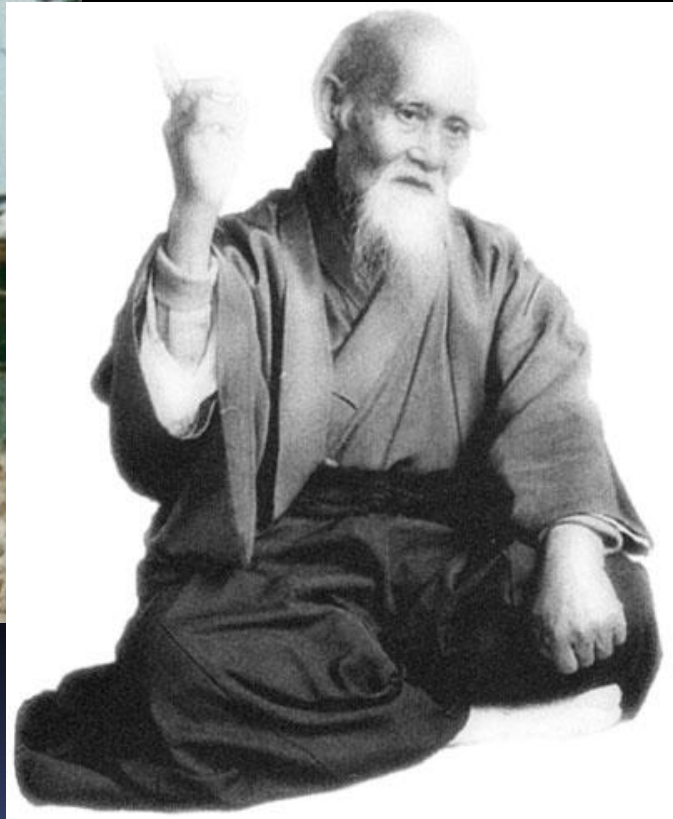
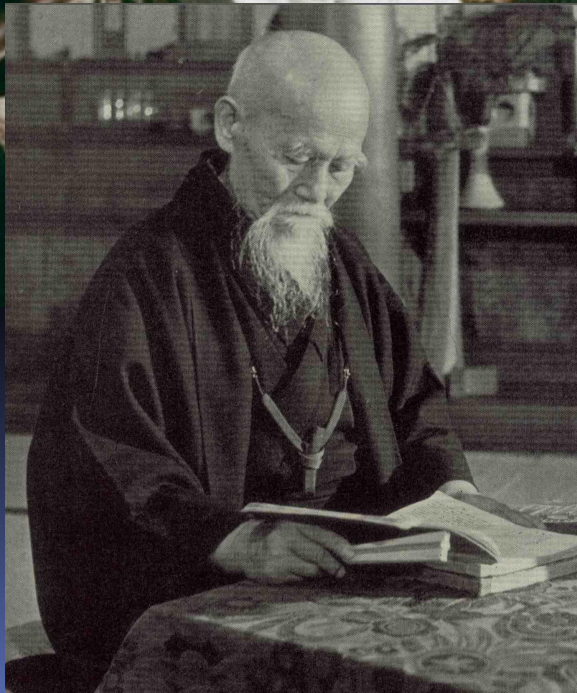
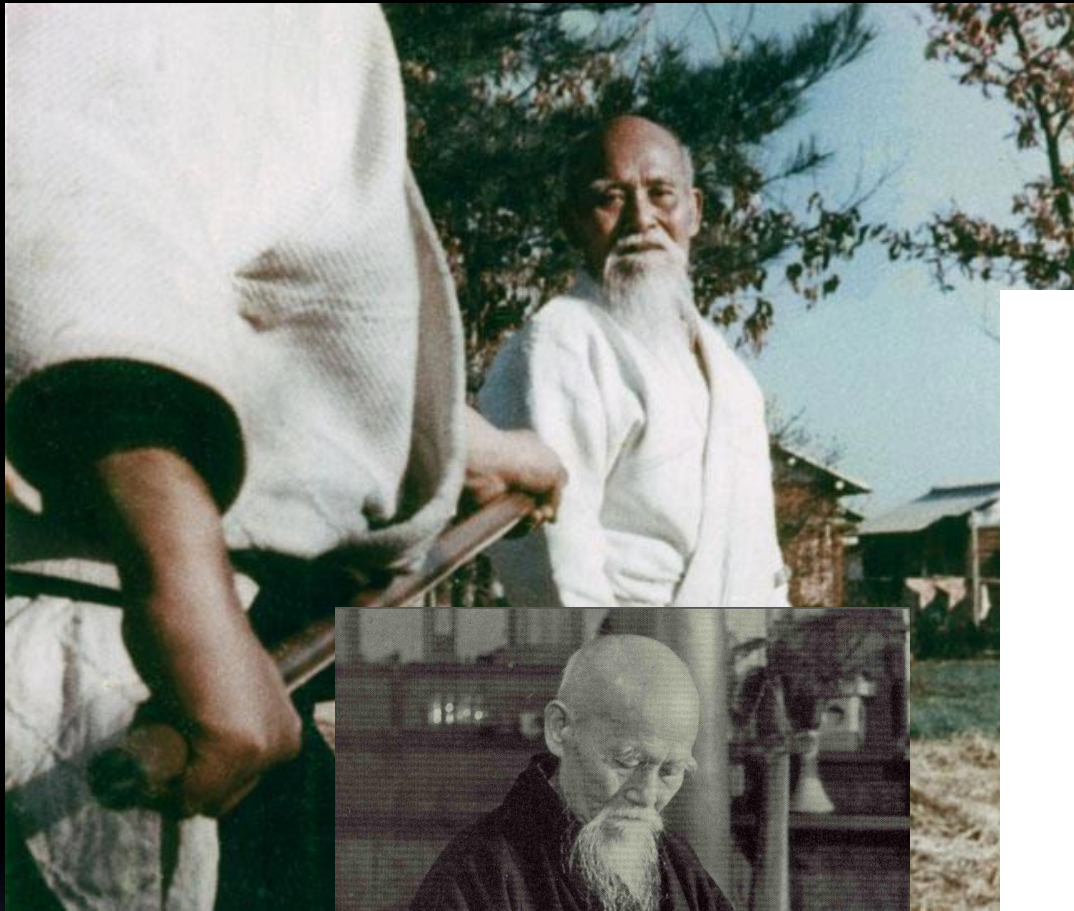
- Известный психоаналитик и философ
- Э. Фромм в своей книге "Дзен-буддизм и психоанализ" писал так: *"...дзэн — это искусство погружения в суть человеческого бытия; это путь, ведущий от рабства к свободе; дзэн высвобождает естественную энергию человека; он оберегает человека от безумия и уродования себя; он побуждает человека к реализации своих способностей любить и быть счастливым"*.





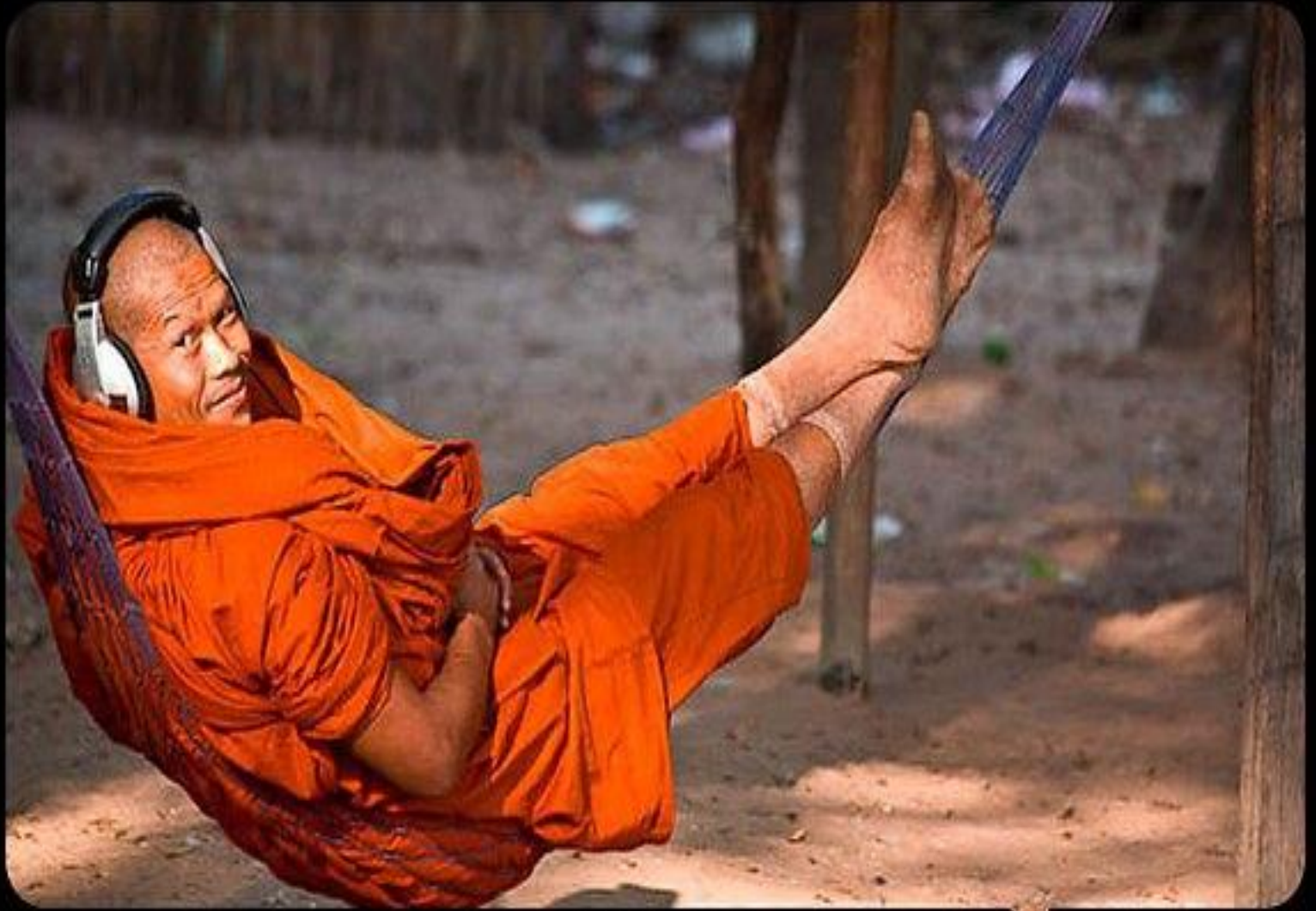
# Практика Дзен

- Дзен Буддизм практикует прямое (без чего-либо неестественного и внешнего) вхождение в контакт со своим внутренним миром, т. е. духовное саморазвитие на основе включения потенциала психической активности личности в процессе систематической тренировки ума.



# Просто так!

- Понятие "просто так", "таковости" (**татхата**) действия — одно из основных понятий дзэн-буддизма. Одно из наименований Будды в Буддизме: "Так приходящий" (**Татхагата**) — тот, кто приходит и уходит просто так.



www.comiozenpue | 2021 | 2019

# Сатори

- Считается, что дзэну невозможно научить. Можно лишь указать направление пути для достижения личного просветления (сатори) кэнсё. Все люди изначально обладают способностью к просветлению, задача практикующего дзэн состоит лишь в её реализации. Просветление наступает всегда внезапно, как вспышка молнии...



????

- Японский глагол "сатору" (яп.??) означает "осознавать", и осознать можно лишь с помощью некоего "шестого чувства"

Какого цвета ветер?



IGOR SENIA



# Виденье

- Дзэнские наставники ("мастера") чаще говорят не "достичь просветления", а "увидеть собственную природу". Просветление — это не состояние. Это способ виденья. Путь к виденью собственной природы — для каждого свой, поскольку каждый находится в своих собственных условиях, со своим багажом опыта и представлений. Поэтому говорят, что в дзэн нет определённого пути, нет одного определённого входа.

Увидеть мир в одной  
песчинке

И космос весь - в лесной  
травинке

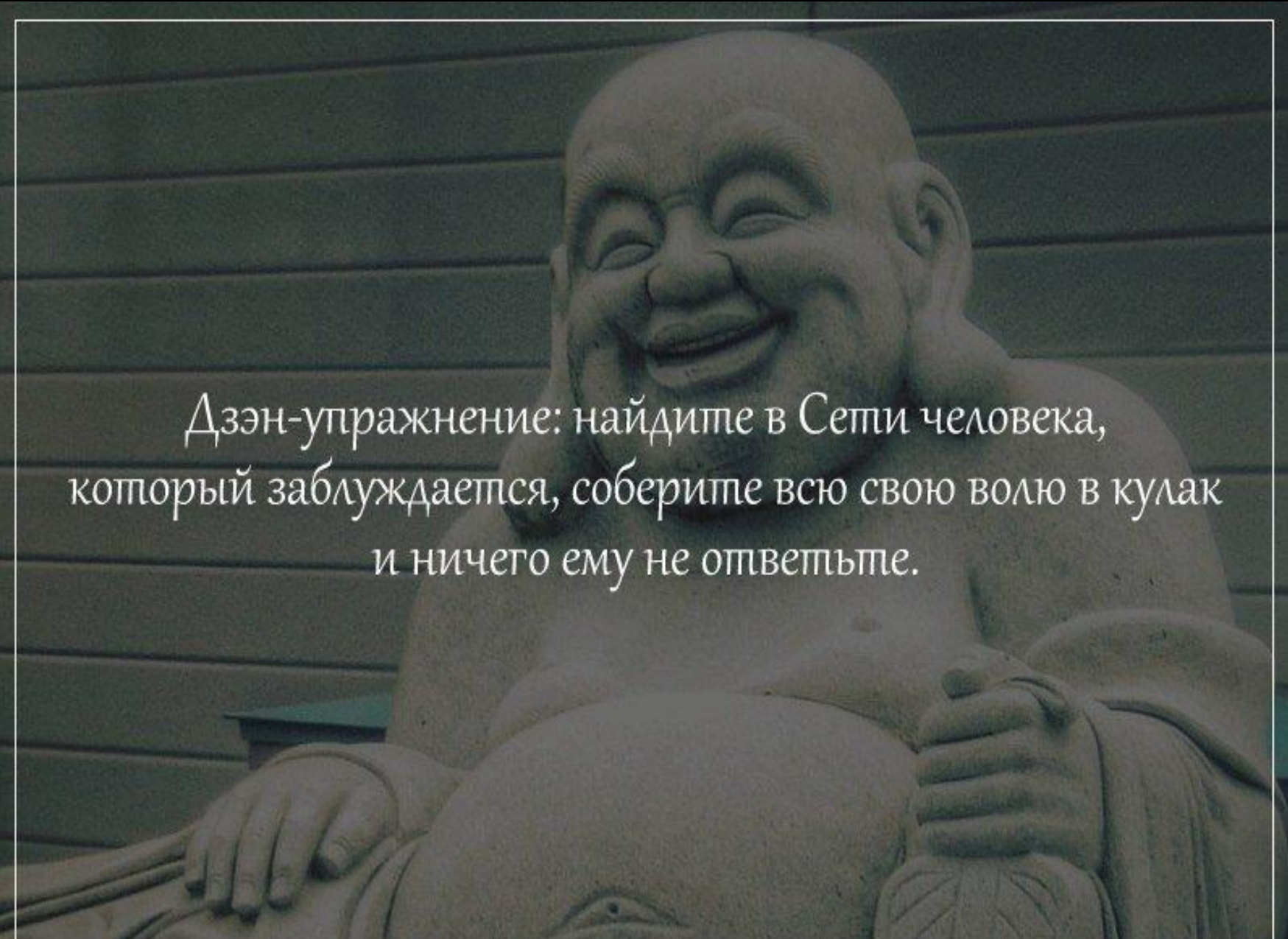
Вместить в ладони  
бесконечность

И в миге мимолетном  
вечность.

Уильям Блейк

# Искусство Жить

- Дзэн не приемлет крайнего аскетизма: человеческие желания не должны подавляться, но глубоко осознаваться. По сути, ежедневные дела, то, что вам нравится делать, — могут стать медитацией — но с одним условием: целиком присутствовать в том, что делаешь. И ни при каких условиях не отвлекаться от этого — будь то работа, занятия любовью или сон до обеда. Любое увлечение может являться способом постижения своей истинной природы. Это превращает саму жизнь в каждом её проявлении в произведение искусства.



Дзэн-упражнение: найдите в Сети человека,  
который заблуждается, соберите всю свою волю в кулак  
и ничего ему не ответьте.

# Эстетика дзен

Включает в себя ряд отдельных направлений:

- сад камней;
- иайдзюцу и кендзюцу (искусства владения мечом);
- кюдо (стрельба из лука);
- каллиграфия;
- чайная церемония и др.



# Философия дзен

- Влияние дзен сложно переоценить, современная культура наполнена философией дзен (литература, искусство, кино).
- Принципы дзен отражены в произведениях Г. Гессе, Дж. Сэлинджера, Дж. Керуака, Р. Желязны, в поэзии Г. Снайдера и А. Гинсберга, в живописи В. Ван Гога и А. Матисса, в музыке Г. Малера и Дж. Кейджа, в философии А. Швейцера, в трудах по психологии К. Г. Юнга и Э. Фромма и мн.мн.др. В 60-х гг. "дзэнский бум" охватил многие американские университеты и придал определённую окраску движению битников.

A photograph of two Buddhist monks sitting at a table outdoors. The monk on the right is wearing glasses and is laughing while eating a piece of food. The monk on the left is seen from the back, wearing a red robe. There are several cups on the table. The background shows green foliage and wooden pillars.

УЧИТЕЛЬ, КАК ВЫ  
ПОЗНАЛИ НИРВАНУ?

СКАЧАЛ И  
ПОСЛУШАЛ



# Спасибо за внимание!

- **Контакты:**

- Телефон: 981-897-59-19

- Сайт: [divo-itm.info](http://divo-itm.info)

- Адрес: Санкт-Петербург,

- ул. Большая Посадская, д.16,

- офисы 403,404