



ПОПУЛЯРНАЯ ФИЛОСОФИЯ С ИЛЛЮСТРАЦИЯМИ

ТИБЕТСКАЯ КНИГА МЕРТВЫХ

БАРДО ТХЁДОЛ

С КОММЕНТАРИЯМИ
И ИЛЛЮСТРАЦИЯМИ



ИЗДАТЕЛЬСТВО АСТ
МОСКВА



УДК 24
ББК 86.35
Т39

Дизайн серии *Алексея Родюшкина*

В оформлении издания использованы иллюстрации из архива Shutterstock

Составление, предисловие, комментарии профессора РГГУ и ВлГУ *А.В. Маркова*

Перевод с английского *Б. Останина и В. Кучерявкина*

Т39 **Тибетская книга мертвых** / [пер. с англ. Б. Останин, В. Кучерявкин]. — Москва : Издательство АСТ, 2026. — 320 с. — (Популярная философия с иллюстрациями).

ISBN 978-5-17-186984-7

Тибетская книга мертвых — уникальный памятник буддийской мысли, который с позиций современной психологии можно назвать подробной картой измененных состояний сознания. Книга описывает три стадии Бардо: момент смерти (Чигаи Бардо), постижение реальности (Ченид Бардо) и стремление к новому рождению (Сидпа Бардо).

Особую ценность изданию придает работа Карла Густава Юнга. Основоположник аналитической психологии увидел в «Бардо Тхёдол» не столько религиозный ритуал, сколько универсальное описание процессов, происходящих в психике при угасании эго-сознания. Яркие видения божеств, по Юнгу — это архетипы коллективного бессознательного, а весь путь умершего символизирует этапы индивидуации и освобождения от ложных привязанностей.

Книга будет полезна психологам, философам и всем, кто интересуется глубинными механизмами психики.

УДК 24
ББК 86.35

ISBN 978-5-17-186984-7

© А.В. Марков, составление,
предисловие, комментарии,
2026

© Издательство АСТ, 2026

Предисловие

1. Книга, которая не хотела быть книгой

Представьте себе текст, принципиально отказывающийся быть тем, чем его считают. Текст, который на самом деле не является книгой в привычном смысле — его нельзя просто «прочитать» и поставить на полку. Текст, который веками передавался изустно, шепотом, в непосредственной близости от уха умирающего. Текст, само название которого — «Бардо Тхёдол» — означает не что иное как «Освобождение посредством слушания». Заметьте: не чтения. Слушания.

Это, если угодно, первая и главная философская провокация памятника, который на Западе вот уже столетие знают под броским, но несколько вводящим в заблуждение заголовком «Тибетская книга мертвых». Уолтер Эванс-Венц, американский антрополог и теософ, выпустивший в 1927 году первый английский перевод, сознательно выбрал название, отсылающее к древнеегипетским погребальным текстам — расчет оказался безупречным: европейский читатель, воспитанный на романтическом ориентализме, получил ровно ту экзотику, которую жаждал. Но эта маркетинговая удача обернулась концептуальной ловушкой: закрепив за текстом статус «книги мертвых», западная культура почти на столетие заслонила его подлинную природу.

А природа эта парадоксальна до головокружения. «Бардо Тхёдол» — это инструкция, которая должна быть произнесена над телом умершего, чтобы помочь его сознанию сориентироваться в промежуточном состоянии (собственно, *бардо*) между смертью и следующим рождением. Но — и здесь начинается философия в самом строгом смысле слова — эта инструкция одновременно адресована живым. Более того: только живой, освоивший ее логику при жизни, способен действительно услышать ее в посмертном бардо. Круг замыкается: книга для мертвых оказывается книгой для живых, а граница между жизнью и смертью предстает не онтологическим разрывом, но континуумом сознания.

Тибетская традиция приписывает создание текста Падмасамбхаве — легендарному индийскому учителю VIII века, принесшему буддизм в Тибет. Согласно преданию, он не просто составил текст, но сокрыл его как *терма* — «сокровище-учение», подлежащее обнаружению в будущем, когда сознание человечества созреет для его восприятия. В XIV веке «кладоискатель духовных сокровищ» (*тертон*) Карма Лингпа извлек текст из тайника в горах Гампо. Этот сюжет — не просто колоритная деталь тибетской агиографии. В нем зашифрована важнейшая философская интуиция: некоторые истины не могут быть «написаны» в профанном смысле, они должны быть *обретены* — причем обретены тем, кто уже готов их вместить. Текст

не предшествует читателю, а возникает вместе с ним.

II. Драматургия сознания: от ясного света к новому рождению

Структура «Бардо Тхёдол» описывает три ключевых этапа посмертного странствия, и каждый из них представляет собой не столько «событие», сколько модус восприятия реальности.

Первый этап — *Чикхай-бардо* (бардо момента смерти) — философски наиболее радикален. В момент умирания, когда последовательно растворяются элементы, составлявшие психофизический комплекс личности (земля, вода, огонь, воздух), сознанию предстает то, что текст называет «Ясным Светом Реальности» — изначальной, необусловленной природой ума. Это не свет в буквальном смысле, но метафора чистой осознанности, свободной от двойственности субъекта и объекта. Узнавание этого света как собственной природы и есть освобождение — выход из колеса перерождений. Парадокс в том, что узнавать, строго говоря, нечего: Ясный Свет — это не «нечто», что можно схватить восприятием или мыслью, это сама способность сознать, лишенная содержания.

Здесь тибетская мысль совершает жест, который европейская философия осмелилась повторить лишь в XX веке, — у Хайдеггера с его различением бытия и сущего, у Витгенштейна с его

«о чем нельзя говорить, о том следует молчать». «Бардо Тхёдол» говорит о невыразимом — но говорит прагматически, инструментально, как о том, с чем можно работать. Это не мистическое бормотание, а почти технологическое описание: «Твое сознание сияющее, пустое, неотделимое от Великого Источника Света, не рождается и не умирает».

Однако большинство существ — и в этом антропологический пессимизм текста граничит с его сострадательной мудростью — не узнают Ясный Свет. Испуганное радикальной открытостью, сознание отшатывается и вступает во второй этап — *Чёнвид-бардо* (бардо переживания реальности). Здесь начинается великая феноменологическая драма: сознание, лишенное опоры в физическом теле, порождает миры из собственных кармических отпечатков. Мирные и гневные божества, сияния и звуки, устрашающие видения — все это, настойчиво повторяет текст, как раз проекции самого ума. «Даже боги есть не что иное, как сияние и отражение нашей собственной души», — резюмирует эту интуицию Карл Густав Юнг в своем знаменитом «Психологическом комментарии», который стал для западного читателя едва ли не столь же важным, как сам тибетский текст и поэтому печатается в этой книге.

Здесь тибетская мысль предлагает радикальную феноменологию, в которой исчезает различие между «внешним» и «внутренним». Божества бар-

до — не объективные сущности, но и не «просто галлюцинации» в редуccionистском смысле. Они обладают той реальностью, которой обладают сновидения для спящего, — то есть полной, убедительной, захватывающей реальностью, способной определять судьбу сознания. Юнг, вчитываясь в «Бардо Тхёдол», увидел в этой структуре универсальный процесс индивидуации: встречу сознания с архетипическими содержаниями бессознательного. Более того, он предложил перевернуть порядок чтения: если читать текст от конца к началу, от описания вхождения в материнскую утробу к сиянию Ясного Света, мы получим карту психоаналитического путешествия — от эдипальных содержаний к архетипическим и, возможно, к самости.

Наконец, третий этап — *Сидна-бардо* (бардо становления) — описывает процесс, ведущий к новому рождению. Сознание, не сумевшее освободиться на предыдущих стадиях, движимое кармическими ветрами, ищет новое воплощение. Текст подробно описывает видения, предшествующие рождению в одном из шести миров буддийской космологии, — от мира богов до адских сфер. И здесь вновь звучит прагматический императив: даже на этом этапе возможно если не полное освобождение, то хотя бы выбор благоприятного рождения. «Бардо Тхёдол» — это предельно нефундаменталистский текст: он не обещает спасения избранным, но предлагает инструкцию, ра-

ботающую на любом уровне, доступном данному сознанию.

III. Философский скандал: смерть как эпистемологическая привилегия

Европейская философская традиция, от Платона до Хайдеггера, знает мотив «заботы о себе как заботы о смерти» как условия подлинного философствования. Сократ, ожидающий казни в афинской тюрьме, говорит: философ всю жизнь учится умирать. Но между платоническим *melete thanatou* и тибетским бардо существует фундаментальное различие. Для Платона смерть — это освобождение души от тела, позволяющее ей созерцать идеи в их чистоте. Смерть, таким образом, *эпистемологически продуктивна*: умерев, мы узнаем истину, скрытую от нас при жизни телесными помехами.

«Бардо Тхёдол» предлагает куда более провокативную модель. Смерть здесь — не просто снятие помех, но *радикализация творческой способности сознания*. В бардо ум не столько «видит истину», сколько *порождает реальность* с невиданной при жизни интенсивностью. Кармические отпечатки, накопленные за бесчисленные жизни, разворачиваются как грандиозное космическое представление, в котором сознание одновременно и режиссер, и зритель, и актер. Проблема не в том, что тело мешает видеть, а в том, что без тренировки ум не выдерживает собственной творческой мощи — пугается своих порождений и бежит в новое воплощение.

Этот ход мысли имеет неожиданные параллели в современной философии сознания. Когда Томас Метцингер, один из ведущих теоретиков нейрофеноменологии, говорит о сознании как о «туннеле эго» — виртуальной реальности, которую мозг создает для организма, — он, сам того не зная, переключается с тибетской теорией бардо. И там, и там реальность, которую мы считаем «внешней», оказывается конструкцией, а граница между восприятием и галлюцинацией — зыбкой и контекстуально зависимой. Разница, пожалуй, в том, что тибетская мысль делает из этого не теоретический вывод, а практический: если реальность — конструкция, то конструкцию можно перенастроить.

Современные исследования предлагают еще более неожиданные параллели. В недавней работе гонконгских ученых бардо рассматривается как модель для понимания цифровой идентичности — того, что происходит с «я» в виртуальных пространствах, где аватары умирают, аккаунты исчезают, а сознание вынуждено пересобирать себя заново. Это может показаться экстравагантной аналогией, но в ней есть глубокая правда: «Бардо Тхёдол» всегда был текстом о *переходе*, о лиминальных состояниях, где прежняя идентичность уже невозможна, а новая еще не сформирована. В этом смысле вся наша жизнь — череда бардо: рождение, взросление, кризисы, смена профессий, любовь, расставание, старение.

IV. Западное эхо: Юнг, Лири и пределы интерпретации

История рецепции «Бардо Тхёдол» на Западе сама по себе достойна философского осмысления. В 1927 году, когда Эванс-Венц опубликовал свой перевод, европейская культура переживала глубокий кризис рационализма. Первая мировая война разрушила веру в прогресс, психоанализ открыл бездны бессознательного, квантовая физика поставила под вопрос саму идею объективной реальности. В этом контексте тибетский текст, говорящий о сознании как о творце миров, упал на подготовленную почву.

Карл Густав Юнг, написавший психологический комментарий к изданию Эванс-Венца, включенный в настоящее издание, увидел в «Бардо Тхёдол» подтверждение своей теории архетипов коллективного бессознательного. Но его прочтение было глубоко амбивалентным. С одной стороны, он признавал величие текста и его психологическую глубину. С другой стороны, предостерегал западного читателя от прямого применения восточных практик: «Йога на Западе превращается в гимнастику, а медитация — в технику релаксации», — писал он. Юнг опасался, что встреча западного эго с содержаниями, описанными в «Бардо Тхёдол», может привести не к освобождению, а к психотической диссоциации. Европейское сознание, по Юнгу, слишком слабо укоренено в себе, чтобы безопасно отпустить себя в бардо.

Между юнгианской осторожностью и лириевским радикализмом располагается пространство философского вопрошания: что значит «понять» текст, принадлежащий радикально иной культуре и эпохе? Дональд Лопес, один из крупнейших современных буддологов, в своем исследовании «Тибетская книга мертвых: биография» показывает, что западная рецепция текста была серией последовательных присвоений: Эванс-Венц читал его сквозь теософские очки, Юнг — сквозь аналитическую психологию, Лири — сквозь психоделическую утопию. В каком-то смысле «Бардо Тхёдол» стал зеркалом, в котором Запад разглядывал собственные надежды и страхи, связанные со смертью и трансформацией сознания.

V. Смысл для неверующего: зачем читать эту книгу сегодня

Перед читателем этого издания неизбежно встанет вопрос: зачем ему, человеку XXI века — возможно, далекому от буддизма, скептически настроенному к любой эзотерике, — тратить время на столь специфический текст?

Первый ответ: это одна из самых изощренных феноменологий сознания, когда-либо созданных человечеством. Независимо от того, верите ли вы в перерождение или считаете смерть окончательным прекращением, описание того, как ум конструирует реальность из собственных содержаний, остается интеллектуально захватывающим.

«Бардо Тхёдол» — это, по сути, детальная карта того, что происходит, когда сознание теряет привычные точки опоры. А такая потеря опор — опыт универсальный: ее переживает и умирающий, и влюбленный, и художник в творческом кризисе, и человек, потерявший работу или дом.

Второй ответ: текст предлагает радикальную альтернативу господствующему в западной культуре отношению к смерти. Мы живем в эпоху, когда смерть одновременно вездесуща (в новостных лентах, в кино, в видеоиграх) и тщательно вытеснена из повседневности. Умирание институционализировано, спрятано в больничных палатах и хосписах. «Бардо Тхёдол» возвращает смерти статус *события сознания*, а не просто биологического факта. Он напоминает: как мы умираем — часть того, как мы живем. Практика «умирания при жизни», которую текст подразумевает, есть не что иное как практика осознанного внимания к переходным состояниям.

Третий ответ связан с этикой. Если, как утверждает текст, реальность бардо творится кармическими отпечатками — следами наших действий, намерений, привычек, — то жизнь оказывается не просто чередой событий, но *тренировкой восприятия*. Каждый момент мы что-то запечатлеваем в сознании, и эти отпечатки определяют, какие миры мы увидим, когда внешние опоры исчезнут. Это не морализм в привычном смысле, а скорее феноменологическая этика: поступай так, чтобы

твои ментальные привычки служили тебе опорой в моменты радикальной неопределенности.

Наконец, четвертый ответ — самый простой и самый важный: «Бардо Тхёдол» — это великая поэма о человеческой уязвимости и достоинстве. Вслушайтесь в интонацию обращений к умершему: «О благороднорожденный, не отвлекайся, слушай внимательно». Это голос сострадания, обращенный к существу, оказавшемуся в предельной ситуации. И этот голос звучит без пафоса, без ложного утешения, с трезвой ясностью, которая и есть высшая форма заботы.

VI. Замечание о переводе и комментарии

Настоящее издание воспроизводит перевод, выполненный Владимиром Кучерявкиным и Борисом Останиным, — перевод, который сам по себе стал событием в русской культуре 1990-х годов. В отличие от многих академических переводов, стремящихся к буквализму, работа Кучерявкина и Останина сознательно ориентирована на русскую философскую и поэтическую традицию. Их «Бардо Тхёдол» звучит по-русски — не как экзотический артефакт, но как живой текст, способный задеть и изменить читателя.

Этот перевод уже включает обширный комментарий переводчиков (в сносках), составленный на основе английского издания, поясняющий тибетские термины, реалии, отсылки к буддийской космологии и иконографии. Задача дополнитель-