

By arrangement with Shambhala Publications, Inc.,  
P.O. Box 308, Boston, Massachusetts, 02115, USA  
[www.shambhala.com](http://www.shambhala.com)

Публикуется по согласованию  
с Издательством «Шамбала Паббликейшнз»,  
Бостон, Массачусетс, США,  
и  
Агентством Александра Корженевского

Перевод с английского Ф. Маликовой

Дзонгсар Кхьенце  
Отчего вы не буддист

В этой книге, написанной в оригинальном и даже несколько вызывающем стиле, Дзонгсар Кхьенце Ринпоче, известный учитель тибетского буддизма, развенчивает многие ошибочные мнения, распространённые в буддийской среде, застарелые стереотипы и фантазии. С необычайной силой и своеобразием стиля изложения он выражает самую суть буддизма в четырёх простых утверждениях, известных также как Четыре печати буддийского воззрения, представляя их читателю как ряд животрепещущих личных вопросов, требующих ответа.

По мнению автора, лишь дав утвердительный ответ на все эти вопросы, сказав чёткое и недвусмысленное «да», вы по праву сможете называть себя буддистом.

*Посвящается сыну Шуддходаны, индийскому царевичу,  
Без которого и не узнал бы, что я просто скиталец...*

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение . . . . .	7
Глава первая САМООБМАН И НЕПОСТОЯНСТВО. . . . .	15
Глава вторая ЭМОЦИИ И БОЛЬ. . . . .	52
Глава третья ВСЁ - ПУСТОТА . . . . .	84
Глава четвёртая НИРВАНА - ВНЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ. . . . .	123
Заключение. . . . .	158
Послесловие О ПЕРЕВОДЕ ТЕРМИНОВ . . . . .	185
Благодарности. . . . .	188

## ВВЕДЕНИЕ

Как-то раз, совершая трансатлантический перелёт, я сидел в самолёте в среднем кресле среднего ряда, и сосед решил выказать мне своё дружелюбие. По моей бритой голове и тёмно-красному одеянию он догадался, что я буддист. Когда принесли еду, сосед тактично предложил заказать для меня что-нибудь вегетарианское. Сделав правильный вывод, что я буддист, он на этом основании решил, что я не ем мяса. Так завязалась наша беседа. Перелёт был долгим, и, чтобы развеять скуку, мы толковали о буддизме.

С годами я стал понимать, что люди часто связывают буддизм и буддистов с такими понятиями, как мир, медитация и ненасилие. Скорее всего, многие думают, что быть буддистом — это попросту носить шафрановое или тёмно-красное одеяние и безмятежно улыбаться. Как ревностному последователю учения Будды, мне бы только гордиться такой репутацией, особенно в части отказа от насильственных действий, что так редко встречается в наш век войн и всяческого насилия, в том

числе религиозного. На протяжении всей истории человечества религия порождала жестокость. Даже сейчас главное место в новостях занимают сообщения о насилии, творимом религиозными экстремистами. Однако я полагаю, что могу с полной уверенностью сказать, что буддисты себя этим не запятнали. Насилие никогда не имело никакого места в распространении буддизма. И всё же, как знающему буддисту, мне не совсем нравится, когда буддизм ассоциируют только с вегетарианством, ненасилием, умиротворённостью и медитацией. Царевич Сиддхартха, пожертвовавший всеми благами и роскошью жизни во дворце, чтобы отправиться на поиски просветления, наверняка стремился к чему-то большему, чем пассивная самоустранённость и опрощение.

Хотя по своей сути буддизм очень прост, объяснить его не так легко. Он почти непостижимо сложен, обширен и глубок. Хотя буддизм нельзя назвать религией, и тем более теистической, его трудно излагать, не облекая в теоретические и религиозные понятия. По мере того как буддизм распространялся по разным уголкам мира, наслаивающиеся культурные особенности, которые в нём накапливались, делали его ещё более сложным для понимания. Такие свойственные теистическим религиям внешние атрибуты, как использование благовонных курительных свечей, колокольчиков, красочных головных уборов, могут привлекать внимание людей, но в то же время могут стать препятствиями. Принимая всё это за «буддизм», люди упускают из виду самую его суть.

Подчас удручённый тем, что учения Сиддхартхи не находят такого понимания, какого бы мне

хотелось, а иногда и из собственных амбиций я склонялся к мысли о реформации буддизма с целью сделать его легче — более прямолинейным и пуританским. Однако было бы ошибкой и заблуждением воображать (как это иногда делал я), что можно упростить буддизм, сведя его к чётко определённым, рассчитанным практикам, вроде трёхразовой медитации, а также к следованию определённым «дресс-коду» и убеждённости в некоторых идеологических постулатах, например в том, что весь мир должен быть обращен в буддизм. Если бы мы могли обещать, что такие практики немедленно дадут ощутимый результат, думаю, в мире было бы больше буддистов. Но когда я стряхиваю с себя эти фантазии (которые овладевают мною не так уж часто), мой трезвый ум говорит мне, что мир, населённый людьми, называющими себя буддистами, необязательно станет лучшим миром.

Многие ошибочно думают, что Будда — это «Бог» буддистов. Даже среди тех, кто живёт в так называемых буддийских странах — в Корее, Японии и Бутане, есть подобное представление о Будде и буддизме. Вот почему в этой книге мы попеременно используем имя Сиддхартхаи Будда, чтобы напомнить читателю, что Будда был просто человеком и что этот человек стал просветлённым существом — буддой.

Понятно, что у кого-то может сложиться представление о буддистах как о последователях некоего человека по имени Будда. Однако сам Будда указал, что нужно чтить не человека, а мудрость, которой он учит. Точно так же считается само собой разумеющимся, что центральное место в буддизме занимают постулаты о карме и перерожде-

нии. Существуют и другие явные заблуждения подобного рода. Например, иногда тибетский буддизм называют ламаизмом, а дзэн и вовсе не относят к буддизму как таковому. Бывает, люди, несколько более информированные, но тем не менее заблуждающиеся, используют такие слова, как «пустота» и «нирвана», не понимая их подлинного смысла.

Когда возникает разговор вроде того, что завязался у меня с моим соседом в самолёте, небуддист может невольно задать такой вопрос: «А что именно отличает буддиста от небуддиста?» Ответить на этот вопрос труднее всего. Если ваш собеседник питает подлинный интерес, то полный ответ — не тема для лёгкого разговора за обедом, а слишком широкие обобщения могут привести к неправильному пониманию. Естественно, я исхожу из предположения, что вы стремитесь дать собеседнику верный ответ, затрагивающий самую основу этой духовной традиции, которая существует уже две с половиной тысячи лет!

Буддистом можно назвать того, кто признаёт следующие четыре истины:

Всё составное непостоянно.

Все эмоции — страдание.

Все вещи не имеют независимого бытия.

Нирвана — вне представлений.

Эти четыре положения, которые изрёк сам Будда, называют «четыре печати». Печатью принято считать некое клеймо, удостоверяющее подлинность объекта. Ради простоты и лёгкости изложения здесь мы будем называть эти положения как печатями,

так и истинами, причем их не нужно путать с четырьмя благородными истинами буддизма, которые затрагивают один лишь аспект страдания. Хотя считается, что четыре печати заключают в себе весь буддизм, похоже, что люди не хотят о них слушать. Без дальнейших объяснений эти утверждения зачастую лишь нагоняют уныние на слушающих и вовсе не способствуют пробуждению в них живого интереса. Люди меняют тему разговора, и на том всё заканчивается.

Смысл четырёх печатей нужно понимать буквально, а не как метафору или нечто мистическое и воспринимать его нужно серьёзно. Однако эти печати не указы или предписания. Если немного призадуматься, видно, что они не имеют отношения ни к морализаторству, ни к чему-то формально-ритуальному. Здесь не упоминается о хорошем или плохом поведении. Это мирские истины, опирающиеся на мудрость, а мудрость — краеугольный камень буддизма. Нравственность и этика второстепенны. Если человек пару раз затянется сигаретой или совершит небольшую глупость, это не мешает ему стать буддистом. Однако, заметьте, при этом я не говорю, что мы получаем некую «индульгенцию» и вольны быть безнравственными и распущенными.

Вообще говоря, мудрость проистекает от ума, обладающего тем, что буддисты называют *верным воззрением*. Но, чтобы иметь правильное воззрение, вовсе не обязательно считать себя буддистом. В конечном счёте именно такое воззрение определяет наши побуждения и действия. Именно воззрение направляет нас на путь буддизма. Если в дополнение к четырём печатям мы можем принять



и исповедовать нравственное поведение, то тогда мы станем ещё лучшими буддистами. Но отчего же вы не буддист?

Если вы не можете признать, что все составные или созданные вещи непостоянны, если вы считаете, что есть какая-то исходная первичная субстанция или идея, которая постоянна, то вы не буддист.

Если вы не можете признать, что эмоции — это страдание, если вы верите, что на самом деле некоторые эмоции исключительно приятны, то вы не буддист.

Если вы не можете признать, что все явления иллюзорны и пусты, если вы верите, что некоторые вещи существуют независимо и самодостаточно, то вы не буддист.

И если вы верите, что просветление существует в измерениях времени, пространства и энергии, то вы не буддист.

Но тогда что делает вас буддистом? Вы можете родиться в совершенно небуддийской стране, вне буддийской семье, не носить особой одежды и не брить голову, можете есть мясо и обожать Эминема и Пэрис Хилтон. Это вовсе не значит, что вы не можете быть буддистом. Чтобы быть буддистом, вам необходимо признавать, что всё составное непостоянно, все эмоции — страдание, все вещи лишены независимого самобытия, а просветление — вне рассудочных понятий.

Нет нужды постоянно и непрерывно памятовать об этих четырёх истинах: они должны просто пребывать в вашем уме.

Ведь вам не нужно постоянно вспоминать собственное имя: когда вас спросят, вы тут же его вспомните. В этом нет сомнений. Каждого, кто признал эти четыре печати, даже независимо от учений Будды, даже при условии, что человек этот никогда не слышал имени Будды Шакьямуни, можно считать находящимся на том же пути, что и Он.

Пытаясь объяснить всё это человеку, сидящему рядом со мной в самолёте, я услышал тихое похрапывание и понял, что сосед крепко спит. Для него наша беседа явно не развеяла скуку.

Мне нравится обобщать, и, читая эту книгу, вы найдёте в ней море обобщений. Но для себя я оправдываю это тем, что считаю обобщения одним из немногих средств общения между людьми. И это само по себе тоже обобщение.

Я пишу эту книгу не с тем, чтобы склонить читателей следовать учению Будды Шакьямуни, стать буддистами и практиковать Дхарму. Я намеренно не упоминаю о методах медитации, о практиках и мантрах. Моя главная задача — указать на неповторимый путь буддизма, отличающий его от других воззрений. Что же такого сказал индийский царевич, если это заслужило столь большое уважение и восхищение даже со стороны скептически настроенных современных учёных вроде Альберта Эйнштейна? Что он сказал такого, если это подвигло тысячи паломников преклоняться перед ним, падая ниц, на всём пути от Тибета до Бодхгаи? Что выделяет буддизм из других мировых религий? Полагая, что он сводится к четырём печатям, я

попытался изложить эти трудные понятия самым простым языком, который мне доступен.

Первоочередным для Сиддхартхи было добраться до самого корня, до сути проблемы. Буддизм не привязан ни к какой культуре. Он не несёт пользу только какому-то ограниченному сообществу и не связан с властью, управлением и политикой. Сиддхартху не интересовали учёные трактаты и доказуемые наукой теории. Его не заботило, плоский наш мир или круглый. Его практический интерес заключался в ином. Он хотел добраться до самой сути страдания. Я надеюсь, мне удастся показать вам, что его учения — это не грандиозная философская система, которую досконально изучают, а затем благополучно ставят на полку, но действенное, логически обоснованное воззрение, которое может постигать и применять на практике каждый. С этой целью я постарался использовать примеры из всех аспектов нашей жизни: от романтических увлечений до возникновения цивилизации, как мы его себе представляем. Хотя эти примеры отличаются от тех, что использовал Сиддхартха, тот смысл, который он в них вкладывал, актуален и значим и поныне.

Однако Сиддхартха говорил и то, что его слова не следует принимать на веру, в силу авторитета говорящего, не подвергая их анализу и критическому осмыслению. Тем более нужно тщательно проверять слова заурядного человека вроде меня, и посему я призываю вас тщательно анализировать все те мысли и утверждения, которые вы найдёте на этих страницах.

## ГЛАВА ПЕРВАЯ

# Самообман и непостоянство

**Б**удда не был небожителем. Он был просто человеком. Но не совсем простым, потому что он был царевичем. Он носил имя Сиддхартха Гаутама, и в его распоряжении были все жизненные блага: прекрасный дворец в Капилавасту, преданная жена и сын, любящие родители, верные подданные, пышные сады с павлинами и множество утончённых придворных куртизанок. Его отец, Шуддходана, позаботился о том, чтобы в стенах дворца предупреждались все его желания и исполнялись все прихоти. Ведь астролог предсказал новорождённому царевичу, что тот может стать отшельником, а Шуддходана решил, что Сиддхартха должен унаследовать его трон. Жизнь во дворце протекала в роскоши, безопасности и безмятежности. Сиддхартха никогда не ссорился с членами своей семьи, а наоборот, заботился о них и очень их любил. Он ладил со всеми, если не считать редких размолвок с одним из двоюродных братьев.

Когда Сиддхартха повзрослел, ему стало любопытно, как живёт его страна и внешний мир. Ус-

тупив просьбам сына, царь согласился отпустить его на прогулку за стены дворца, но строго наказал возничему Чанне, чтобы тот показывал царевичу только красивое и приятное. И впрямь царевича очень порадовали горы, реки и всё богатство природы в его владениях. Но на обратном пути им попался крестьянин, который стонал на обочине, корчась от мучительной боли. Всю жизнь Сиддхартху окружали крепкие телохранители и пышущие здоровьем придворные дамы, и вид измождённого больного его поразил. То, что он своими глазами убедился в уязвимости человеческого тела, произвело *на* него глубокое впечатление, и он вернулся во дворец с тяжёлым сердцем.

Бремя шло, и, казалось, царевич пришёл в себя, но он жаждал совершить ещё одно путешествие. И снова Шуддходана с большой неохотой согласился. На этот раз Сиддхартха увидел ковыляющую дряхлую и беззубую старуху. Он сразу же приказал Чанне остановиться.

— Почему она так ходит? — спросил царевич.

— Она старая, господин, — ответил Чанна.

— Что значит «старая»? — удивился Сиддхартха.

— За долгое время все составляющие её тела износились, — сказал Чанна.

Потрясённый увиденным, Сиддхартха позволил Чанне отвезти себя домой.

Теперь любопытство Сиддхартхи *стало* неутолимым: что же ещё таится снаружи? И он с Чанной отправился в третье путешествие. Его снова радовали красота природы, горы и быстрые потоки. Но на обратном пути им встретились люди, несущие на носилках распростёртое безжизненное

тело. Никогда в жизни Сиддхартха не видел ничего подобного. Чанна объяснил, что это брэнное тело на самом деле мертво.

— А к другим тоже придёт смерть? — спросил Сиддхартха.

— Да, мой господин, она придёт ко всем.

— И к моему отцу? И даже к моему сыну?

— Да, ко всем. Богат ты или беден, высокой касты или низкой, смерти не избежать никому. Такова судьба всех, кто родился на этой земле.

Впервые слыша историю о том, как в *уме* Сиддхартхи стало зарождаться постижение, мы вполне можем подумать, что он был по меньшей мере чрезвычайно простодушен.

Странно *слышать о том*, как царевич, которого готовят к тому, чтобы возглавить страну, задаёт такие детские вопросы. Но кто по-настоящему наивен, так это мы сами. В наш век информации нас окружают изображения разложения и смерти — обезглавливание, бои быков, кровавые убийства. Эти картины вовсе не призваны напоминать нам о нашей участи, а используются с целью стимуляции страстей, развлечения и наживы. Смерть стала продуктом потребления. Большинство из нас глубоко не задумывается о природе смерти. Мы не отдаём себе отчёта в том, что наше тело и окружающая среда состоят из неустойчивых элементов, которые могут распасться при малейшем толчке.

Разумеется, мы знаем, что настанет день, когда мы умрём. Но большинство, если только нам не поставили диагноз неизлечимой болезни, считает, что на данный момент нам ничего не грозит. В тех редких случаях, когда мы думаем о

смерти, нас заботят такие вопросы: «Большое ли наследство я оставляю после себя?» или «А где развеют мой прах?», и в этом смысле мы действительно люди недалёкие.

Совершив третье путешествие, Сиддхартха настоящему убедился в своём бессилии защитить от неизбежной смерти своих подданных, родителей и, главное, возлюбленную супругу Яшодхару и сына Рахулу. Он был в силах спасти их от таких несчастий, как нужда, голод и отсутствие крова, но не мог защитить от старости и смерти. Снедаемый этими мыслями, Сиддхартха пытался беседовать на тему смерти со своим отцом.

Неудивительно, что царь был озадачен тем, что его сын настолько поглощён тем, что он считал отвлечённым вопросом. Шуддходану всё больше пугало, что его сын исполнит предсказание и предпочтёт стезю аскета, вместо того чтобы по праву унаследовать царский трон. В те времена было неслыханным, чтобы знать и богачи становились аскетами. Хотя на внешнем уровне Шуддходана и пытался развеять навязчивую идею Сиддхартхи, его не покидали мысли об услышанном пророчестве.

Это было не мимолётное меланхолическое настроение. Сиддхартха был одержим этими мыслями. Чтобы царевич не впал в ещё более глубокое уныние, Шуддходана велел ему впредь не покидать пределов дворца и тайно приказал царедворцам не спускать с царевича глаз. При этом он, как любой заботливый отец, делал всё, что мог, чтобы создать видимость благоденствия, скрывая от взора царевича любые свидетельства смерти и разложения.

## ДЕТСКИЕ ПОГРЕМУШКИ И ДРУГИЕ СПОСОБЫ ОТВЛЕЧЬСЯ

Во многих отношениях все мы чем-то напоминаем Шуддходану. В повседневной жизни нам тоже хочется защитить себя и других от правды. Мы становимся слепы к явным знакам разрушения. Мы подбадриваем себя, стараясь «не фиксироваться на этом», и культивируем «позитивный», или «жизнеутверждающий» образ мышления.

Отмечая дни рождения, мы задуваем свечи, не думая о том, что погасшие свечи можно в равной степени рассматривать как напоминание о том, что мы стали на один год ближе к смерти. Мы празднуем Новый год с фейерверками и шампанским, отвлекая себя от того факта, что старый год уже не вернётся, а новый полон неведомого — может случиться что угодно.

Если это «что угодно» нам неприятно, мы намеренно переключаем своё внимание, подобно тому как мать отвлекает ребёнка погремушками и игрушками. Если нас что-то гнетёт, мы отправляемся по магазинам, чем-то себя балуем, идём в кино. Мы строим несбыточные планы и собираемся в течение жизни добиться всяческих благ: купить виллу на море, удостоиться награды и мемориальной доски, досрочно выйти на пенсию, ездить на дорогих автомобилях, иметь хороших друзей и семью, прославиться, попасть в Книгу рекордов Гиннеса. В более позднем возрасте мы хотим для себя преданного спутника, с которым можно было бы путешествовать или разводить чистопородных пуделей. Журналы и телевидение насаждают и подкрепляют такой взгляд на счастье и успех, посто-



янно завлекая нас всё новыми иллюзиями. Такие представления об успехе — это наши «погремушки для взрослых». Вряд ли то, что занимает нас в течение дня, будь то наши мысли или поступки, свидетельствует о нашем понимании недолговечности и хрупкости жизни. Мы попусту тратим время, ожидая, например, когда в кинотеатре начнётся очередной никчёмный блокбастер. Или торопимся домой, чтобы посмотреть по телевизору очередное реалити-шоу. Пока мы сидим, проглатывая один за другим рекламные ролики, ожидая... время, отпущенное нам в этой жизни, безвозвратно утекает.

*Для Сиддхартхи было достаточно взглянуть на старость и смерть, чтобы в нём зародилось страстное желание узнать истину во всей её полноте. После своего третьего путешествия он несколько раз пытался самостоятельно покинуть дворец, но каждый раз тщетно. Наконец, в ту памятную ночь, после шумного пиршества и веселья, весь двор был околдован волшебными чарами, которым не поддался только Сиддхартха. Он прошёл по всем залам и обнаружил, что все, от царя Гуддходаны до последних слуг, погружены в глубокий сон. Буддисты верят, что напавшая на всех сонливость явилась результатом коллективной благой кармы всех людей, поскольку послужила толчком к появлению в этом мире великого существа.*

Придворные куртизанки, которым не нужно было убаживать царских особ, храпели во сне с отвисшими челюстями, их конечности были раскинуты как попало, а унизанные драгоценными перстнями пальцы утопали в яствах. Словно сломанные цветы, они утратили свою красоту. Сид-

дхартха не бросился наводить порядок, как это сделали бы мы. Такое зрелище только усилило его решимость. То, что красавицы лишились своей прелести, было ещё одним доказательством непостоянства. Пока все спали, царевич мог наконец уйти незамеченным. Бросив последний взгляд на Яшодхару и Рахулу, он выскользнул из дворца, скрывшись в ночной тьме.

Во многих отношениях и мы с вами напоминаем Сиддхартху. Пусть мы не принцы с павлинами, но у нас тоже есть какое-то положение в обществе, домашние кошки или собаки и бесчисленные обязанности. Есть у нас и свои дворцы: однокомнатные квартиры в трущобах, таунхаусы в пригороде или пентхаусы в Париже — и собственные Яшодхары и Рахулы. И дела всё время идут неважно. Бытовая техника ломается, соседи скандалят, крыша протекает. Наши любимые и близкие умирают или же просто похожи на саму смерть по утрам, перед тем как проснуться, и челюсти у них отвисают точно так же, как у придворных куртизанок Сиддхартхи. Возможно, они насквозь прокурены или от них пахнет чесноком от съеденного накануне соуса. Они ворчат на нас и чавкают, пережёвывая пищу с открытым ртом. Однако мы добровольно остаёмся во всём этом и не пытаемся бежать. Или же, если мы уже сыты по горло, думаем: «Ну хватит, пора порвать эти отношения и начать всё снова с другим человеком!» Нам никогда не надоест этот круговорот, потому что мы надеемся и верим, что где-то «там» нас ждёт совершенный сердечный друг или сияющая вершина благополучия — Шангри-Ла. Столкнувшись с повседневны-

ми неприятностями, мы по привычке думаем, что можем изменить всё к лучшему: всё поправимо, зубы можно почистить, всё у нас будет в порядке.

Ещё мы можем думать, что настанет день, когда мы достигнем совершенства, став опытными и научившись на уроках своей жизни. Мы ждём, что станем мудрыми старцами, вроде Йоды из «Звёздных войн», не понимая, что зрелость — просто один из аспектов разложения. Подсознательно нас манит ожидание, что мы достигнем такой стадии, когда нам уже не понадобится ничего исправлять. В один прекрасный день мы обретём «вечное счастье». Мы убеждены в счастливой развязке. Как будто всё, что мы делали до сих пор, было репетицией. Нам кажется, что наше решающее представление впереди, а потому взор наш устремлён в будущее и мы не живём сегодняшним днём.

Для большинства людей это бесконечное обустройство и переустройство, улучшение чего-то и есть существование. На самом деле мы ждём, когда начнётся жизнь. Под должным давлением большинство из нас признается-таки, что стремится к некоей грядущей высшей ступени: уединиться в бревенчатом домике в Кенненбанкпорте или в хижине в Коста-Рике. А может быть, мы мечтаем прожить остаток дней в идеализированном лесистом ландшафте, как на китайских картинах, безмятежно медитируя в чайном домике, созерцая водопад и пруд-кои.

Кроме того, мы склонны думать, что после смерти мир будет жить по-прежнему. То же солнце будет светить, и те же планеты будут вращаться на своих орбитах, как они делали это, по нашему мнению, с начала времён. Наши дети унаследуют

землю. Это показывает, насколько мы не осознаём переменчивость этого мира и всех его явлений. Дети не всегда переживают родителей, а пока они живы, не обязательно соответствуют нашему идеалу. Ваши милые послушные детки могут вырасти в чудовищ-наркоманов, которые водят домой таких же дружков. У самых праведных в мире родителей-пуритан бывают дети — ярко выраженные гомосексуалисты, точно так же как у некоторых самых отрешённых хиппи дети становятся неоконсерваторами. Однако мы продолжаем держаться за архетипы семьи и мечтаем, чтобы у нас были родословная, фамилия и традиции, сохраняемые потомками.

#### ПОИСКИ ИСТИНЫ МОГУТ ПОКАЗАТЬСЯ НЕДОСТОЙНЫМ ЗАНЯТИЕМ

Важно понять, что царевич не бросал своих семейных обязанностей; он бежал не для того, чтобы присоединиться к общине органического садоводства и земледелия, и не потому, что его звала романтическая мечта. Он оставил дом с решимостью отца семьи, жертвующего удобствами, чтобы добыть необходимое и достаточное пропитание для своих домашних, даже если сами они этого пока не понимают. Мы можем представить, каково было горе Шуддходаны и его отчаяние на следующее утро. Точно такое же отчаяние охватывает современных родителей, обнаруживающих, что их дети-подростки сбежали в Катманду или на Ибицу в погоне за какими-то утопическими идеалами, как

это делали дети-цветы шестидесятых годов прошлого столетия (многие из которых тоже происходили из вполне благополучных и обеспеченных семей). В отличие от них Сиддхартха не надевал расклешенные джинсы, не делал пирсинга и татуировок, не красил волосы в огненный цвет — он лишь снял свои царские уборы. Сбросив с себя эти предметы одежды, отмечающие его принадлежность к высокообразованной аристократии, он накинуд на себя лишь обрывок ткани и стал нищенствующим странником.

Наше общество, так привыкшее судить о людях не по их качествам, а по тем благам, которыми они владеют, ожидало бы от Сиддхартхи, что он будет жить во дворце, вести привилегированную жизнь и поддерживать славу своего рода. Образцом успешности в нашем мире служит Билл Гейтс. Вряд ли мы будем считать таким образцом Махатму Ганди. В некоторых азиатских странах, как и на Западе, родители заставляют детей добиваться успехов в школе даже в ущерб их здоровью. Детям требуются хорошие оценки, чтобы их приняли в школы «Лиги плюща», а дипломы этой лиги дают возможность получить престижную работу в банке или крупной корпорации. И всё это для того, чтобы семья могла продолжать свою вековую династию.

Представьте, что ваш сын, осознав, что такое смерть и старость, вдруг бросает свою блестящую и прибыльную карьеру. Он уже не видит смысла работать по четырнадцать часов в день, подхалимничая перед своим начальником, рьяно подминая соперников, разрушая окружающую среду, используя детский труд и живя в постоянном напряжении для того лишь, чтобы получить несколько

недель ежегодного отпуска. Он говорит вам, что хочет перевести в наличные свои ценные бумаги, раздать всё сиротам и стать бродягой. Что бы вы сделали? Дали благословение и стали радостно делиться со своими друзьями новостью, что ваш сын наконец пришёл в чувство? Или же вы скажете ему, что он окончательно сошёл с ума, и отправите к психиатру?

Отвращение к смерти и старости само по себе ещё не стало бы для царевича достаточной причиной, чтобы оставить жизнь во дворце и пуститься в неведомое. Сиддхартха предпринял столь решительное действие, поскольку не мог обнаружить объяснение тому факту, что такова судьба всех существ, которые когда-либо родились или родятся. Если всё, что родилось, должно разрушиться и умереть, тогда павлины в саду, драгоценности, балдахины, благовония, музыка, золотой поднос для туфель, заморские графины, узы, связывающие его с Яшодхарой и Рахулой, его семья и его страна, — всё это не имеет никакого смысла. Зачем всё это? Зачем человеку в здравом уме проливать кровь и слёзы ради того, что, как ему известно, в конечном счёте или испарится само, или будет оставлено позади? Мог ли он и дальше оставаться посреди искусственного благополучия своего дворца?

Куда же мог отправиться Сиддхартха? И внутри дворца, и за его стенами нет такого места, где можно было бы спрятаться от смерти. За всё своё царское богатство он не мог бы купить отсрочку. Искал ли он бессмертия? Мы знаем, что это бесполезно. Нас занимают мифы о бессмертных греческих богах, истории о святом Граале с эликсиром бессмертия и о Понсе де Леоне, ведущем сво-

их конкистадоров на тщетные поиски «источника молодости». Мы подсмеиваемся над легендарным китайским императором Цинь Шихуаном, который послал в дальние страны юных девственниц и девственников на поиски снадобья, дарующего долголетие. Нам может показаться, что Сиддхартха хотел того же самого. Верно, что он покинул дворец с несколько наивной мыслью — он не мог дать бессмертия своей жене и сыну, — но его поиски не были тщетными.

### ЧТО ОБНАРУЖИЛ БУДДА

Не вооружённый никакими научными методами исследования, царевич Сиддхартха сидел на охапке травы куша под фикусом пиппала, исследуя природу человека. После длительного углублённого размышления он постиг, что любая форма, в том числе наша плоть и кровь, а также все наши эмоции и всё, что мы воспринимаем, — это составные вещи, результат соединения двух или более частей. Когда сходятся две или большее количество составляющих, возникает новое явление: гвозди и доски становятся столом, вода и листья — чаем, а страх, преданность и спаситель — Богом. Этот конечный продукт не имеет независимого бытия, отдельного от его частей. Вера в его истинное, независимое существование — величайшее заблуждение. Между тем сами части также подвержены переменам. Именно благодаря соединению их индивидуальные качества меняются, и вместе они становятся чем-то другим — они «составное».

Сиддхартха понял, что это применимо не только к человеку и его восприятию, но и ко всему: миру в целом, вселенной, — потому что всё взаимозависимо, всё подвержено переменам. Ни одна составляющая во всём мироздании не существует в автономном, постоянном, чистом состоянии. Ни книга, которую вы держите в руках, ни мельчайшие атомы, ни даже боги. Как только что-то появляется в пределах досягаемости нашего ума, пусть даже в нашем воображении — например четырёхрукий человек, — это что-то будет зависеть от существования чего-то другого. Таким образом, Сиддхартха обнаружил, что непостоянство не значит смерть, как мы обычно думаем, — оно подразумевает перемену. Всё, что меняется по отношению к другой вещи, пусть это совсем незаметная перемена, подчиняется законам непостоянства.

Благодаря этому постижению Сиддхартха наконец понял всё о страдании, связанном со смертностью. Он признал, что перемены неизбежны и что смерть — только часть этого круговорота. Кроме того, он постиг, что нет такой всемогущей силы, которая могла бы обратить вспять движение к смерти, а потому для него не существовало более опасности стать пленником обманчивых надежд. ЕСЛИ нет слепой, беспочвенной надежды, нет и разочарования. Если ты знаешь, что всё непостоянно, ты ни за что не держишься, а если ты ни за что не держишься, то не рассуждаешь с точки зрения обладания или утраты, а потому живёшь действительно наполненной жизнью.

Пробуждение Сиддхартхи от иллюзии постоянства даёт нам основание называть его Буддой, Пробуждённым. Ныне, спустя две с половиной



тысячи лет, мы понимаем: то, *что* он открыл и чему учил, — бесценное сокровище, вдохновившее миллионы людей, образованных и неграмотных, богатых и бедных, от царя Ашоки до Аллена Гинсберга, от хана Хубилая до Махатмы Ганди, от Его Святейшества Далай-ламы до рок-кумиров «Бисти Бойз». С другой стороны, пояись Сиддхартха сейчас, он был бы немало разочарован, потому что открытия его в большинстве своём остаются невостребованными. Я не имею в виду, что современная наука и технология настолько шагнули вперёд, что результаты его исследования оказались опровергнутыми или утратили свою актуальность. Никто пока не стал бессмертным. Рано или поздно каждый должен умереть, и, согласно статистике, это делают ежедневно около двухсот пятидесяти тысяч человек. Наши близкие умирали и будут умирать. Но мы всё равно испытываем потрясение и скорбь, когда умирает любимый человек, и мы продолжаем искать источник молодости или тайную формулу долголетия. Походы в магазины здорового питания, пищевые добавки и витамины, занятия йогой, корейский женьшень, пластическая хирургия, инъекции коллагена и увлажняющие лосьоны — всё это служит очевидным доказательством того, что мы тайно разделяем желание императора Цинь Шихуана обрести бессмертие.

Царевичу Сиддхартхе уже не был нужен эликсир бессмертия. Поняв, что все вещи составные, что процесс их распада бесконечен и что ни одна из составляющих во всём мироздании не существует сама по себе, в неизменном, чистом состоянии, он обрёл освобождение. Всё, что является составным

(подразумевается, как мы теперь понимаем, всё без исключения), и его непостоянство связаны во-едино, как вода и кубик льда. Бросив кубик льда в стакан с напитком, мы получаем и то и другое. Вот так, глядя на прохожего, Сиддхартха видел его одновременно живым и разлагающимся, пусть тот и был совершенно здоров.

Возможно, вы подумаете, что жить с такими мыслями не слишком весело, однако видеть обе стороны довольно увлекательно. Вы можете получить от этого огромное удовлетворение. Это не то, что американские горки надежд и разочарований, взлётов и падений. Если рассматривать реальность с этой точки зрения, то всё вокруг нас начинает растворяться. Ваше восприятие явлений преобразуется и в некотором смысле становится более ясным. Очень легко увидеть, насколько люди увлечены и захвачены этим катанием на американских горках, и вы невольно проникаетесь состраданием к ним. Действительно, одна из причин вашего сострадания заключается именно в том, что непостоянство столь очевидно, однако люди продолжают его не замечать.

## МИМОЛЁТНОСТЬ

По своей природе существование всего составного связано со временем: имеет место его начало, середина и конец. Этой книги раньше не было, теперь она есть, а потом она развалится. Точно так же то «я», которое существовало вчера, — то есть вы, — отличается от того «я», которое существует

сегодня. Плохое настроение сменилось хорошим, вы что-то узнали, ваша память обогатилась, царапина на коленке немного зажила. Наше кажущееся непрерывным существование является собой череду начал и концов, связанных временем. Даже сам акт творения требует времени: есть время до существования, время становления и время окончания акта творения.

Те, кто верит во всемогущего Бога, обычно не анализируют своё представление о времени, поскольку предполагается, что Бог-Творец вневременная сущность и независим от времени. Чтобы уверовать во всемогущего, всеильного Творца, мы должны принять во внимание аспект времени. Существовай этот мир всегда, Создатель не был бы нужен. Следовательно, его не должно было существовать до творения, а потому требуется последовательность времени. Поскольку Создатель — скажем Бог — неизбежно подчиняется законам времени, Он тоже должен быть подвержен переменам, даже если речь идёт о единственной перемене — создании этого мира. И это замечательно. Всеведущий и неизменный Бог не может меняться, так что лучше иметь непостоянного Бога, который способен откликаться на молитвы и влиять на погоду. Однако, раз действия Бога являются совокупностью начал и концов, Он непостоянен, другими словами, подвержен изменчивости и ненадёжен.

Если нет бумаги, нет и книги. Если нет воды, нет льда. Если нет начала, нет и конца. Существование одного во многом зависит от другого, а потому нет такой вещи, как истинная независимость и самодостаточность. Вследствие взаимо-

зависимости, если одна составляющая — например ножка стола — хоть немного изменяется, то всё явление в целом тоже претерпевает изменение, целостность его теряет былую стабильность. Хотя мы думаем, что способны управлять переменной, по большей части это невозможно из-за бесчисленных незримых влияний, о которых мы и не подозреваем. И вследствие этой взаимозависимости распад всех вещей в их текущем или изначальном состоянии неизбежен. Каждая переменная заключает в себе элемент смерти. Сегодня — это смерть вчерашнего дня.

Большинство людей признают, что всё рождённое неизбежно должно умереть. Однако наши определения «всего» и «смерти» могут различаться. Для Сиддхартхи рождённое подразумевает всё мироздание: не только цветы, грибы и людей, но всё, что родилось, возникло или любым образом соединилось вместе. Смерть же подразумевает любой распад, разделение на составные части. У Сиддхартхи не было ни грантов на исследования, ни ассистентов-лаборантов — свидетелями его поисков были только горячая индийская пыль да немногочисленные, бредущие мимо буйволы. При таком оснащении он постиг истину непостоянства на глубоком уровне. Открытие, сделанное Сиддхартхой, не было столь же впечатляющим, как обнаружение новой звезды; его целью не было внедрение нравственных установок, учреждение общественного движения или новой религии; не было оно и пророчеством. Непостоянство — простой земной факт. Совершенно невероятно, чтобы в один прекрасный день какая-то строптивая и своенравная составная вещь стала постоянной. Ещё менее ве-

роятно, чтобы нам удалось логически и экспериментально доказать её существование. Однако в наше время мы или обожествляем Будду, или пытаемся «превзойти» его с помощью наших продвинутой науки и технологии.

### И ВСЁ ЖЕ МЫ ПРОДОЛЖАЕМ ИГНОРИРОВАТЬ ЭТОТ ФАКТ

Через две тысячи пятьсот тридцать восемь лет после того, как Сиддхартха вышел за ворота дворца, — в то время года, когда многие миллионы людей веселятся и развлекаются в преддверии Нового года, в то время, когда одни вспоминают о Боге, а другие с головой погружаются в рождественские распродажи, — мир потрясло катастрофическое цунами. Даже самые чёрствы́е из нас застыли от ужаса. Когда по телевидению показывали этот сюжет, некоторые из нас хотели, чтобы наконец вмешался Орсон Уэллс, объявив, что всё это инсценировка, или примчался бы Человек-паук, чтобы спасти положение.

Нет сомнения, что сердце царевича Сиддхартхи разрывалось бы от боли при виде жертв цунами, смытых волной. Но ещё больше оно разрывалось бы от того, что мы были застигнуты врасплох и тем самым подтвердили своё неизменное отри-

Орсон Уэллс был автором радиопостановки по роману Герберта Уэллса «Война миров» (1938 г.). Представленная в форме репортажа с места событий, она вызвала небывалую панику среди слушателей, всерьёз воспринявших известия о нападении марсиан. — *Прим. пер.*

цание непостоянства. Наша планета состоит из подвижной магмы. Любая часть суши: Австралия, Тайвань, обе Америки — словно роса, готовая сорваться с острия травинки. Однако строительство небоскрёбов и туннелей не прекращается. Неудержимая вырубка лесов ради одноразовых палочек для еды и рекламной макулатуры только способствует более активному проявлению непостоянства. Любому явлению приходит конец, и признаки его наступления не должны нас удивлять, однако убедить нас в этом очень трудно.

Даже после такого сурового напоминания, как цунами, впечатление о смерти и разрушениях скоро сотрётся из памяти и благополучно забудется. На том самом месте, где люди опознавали тела своих близких, будут воздвигнуты роскошные курорты. Во всём мире люди будут по-прежнему поглощены составлением и выстраиванием «реальности», надеясь достичь вечного, непреходящего счастья. Пожелание «счастья навеки» есть не что иное, как скрытое пожелание постоянства. Придумывание таких понятий, как «вечная любовь», «постоянное счастье» и «спасение», — ещё одно свидетельство непостоянства. Наши желания и реальные результаты явно не соответствуют друг другу. Мы намереваемся утвердиться сами и упорочить свой мир, но забываем, что разрушение начинается с того самого мига, что и создание. Мы не хотим разрушения, но то, что мы делаем, ведёт прямо к нему.

Будда советовал, что мы по меньшей мере должны стараться помнить о непостоянстве, а не умышленно замалчивать его. Храня осознание

составной природы явлений, мы начинаем понимать непостоянство. Осознавая взаимозависимость, мы осознаём непостоянство. А помня о том, что вещи непостоянны, мы вряд ли будем рабски следовать необоснованным предположениям, закостенелым верованиям (как религиозным, так и вполне светским), искусственным системам ценностей или слепой вере. Такая осознанность спасает нас от всевозможных трагедий личного, политического и межличностного характера. Мы начинаем понимать, что не всё целиком в нашей власти ни сейчас, ни в будущем, а потому не нужно ждать, чтобы события соответствовали нашим предвкусениям и опасениям, надеждам и страхам. Нам некого винить, когда дела плохи, потому что существуют бесчисленные причины и условия, от которых это зависит. Мы можем перенести это понимание с самых дальних горизонтов нашего воображения на субатомный уровень. Нельзя полагаться даже на мельчайшие элементарные частицы.

## НЕУСТОЙЧИВОСТЬ

Наша планета Земля, то место, где вы сидите сейчас, читая эту книгу, в конце концов станет такой же безжизненной, как Марс, — если только ещё раньше в неё не врежется метеорит. Или же какой-то сверхвулкан, заслонив солнечный свет извергаемым пеплом, может погубить всякую жизнь на Земле. Многие из звёзд, которые мы мечтательно рассматриваем на ночном небе, уже давно погиб-

ли, и мы наслаждаемся лучами, идущими от звезд, угасших миллионы световых лет назад. На нашей хрупкой Земле континенты всё ещё продолжают перемещаться по поверхности. Триста миллионов лет назад известные нам теперь континенты Южной и Северной Америки были частью единого материка, который геологи называют Пангеей.

Но нам не нужно ждать триста миллионов лет, чтобы увидеть перемены. Даже за одну короткую жизнь мы можем стать свидетелями того, как великие империи исчезают, будто капля воды на горячем песке. Например, Индия долгое время подчинялась императрице, которая жила в Англии, а её флаг развевался во многих странах по всему земному шару. Но ныне уже нельзя сказать, что солнце над британским флагом не заходит. Так называемые народности и нации, с которыми мы себя так прочно отождествляем, постоянно претерпевают изменения. Например, такие воинственные народы, как маори и навахо, некогда сотни лет владевшие своими территориями, теперь живут как национальные меньшинства, загнанные в резервации, в то время как иммигранты, прибывшие из Европы и осевшие на новом месте за последние 250 лет, являются правящим большинством. Китайцы-ханьцы всегда называли маньчжуров «чужие», но теперь Китай заявляет о себе как о республике, объединяющей много этнических групп, так что теперь маньчжуры стали «нашими». Однако, несмотря на это постоянное преобразование, мы продолжаем жертвовать жизнью и здоровьем ради того, чтобы укрепить свою нацию, границы своей страны и своё общество. Сколько крови было пролито во имя политических систем на протяжении



столетий? Каждый общественный строй формируется и складывается из бесчисленных неустойчивых факторов: экономики, урожая, личных амбиций, состояния сердечно-сосудистой системы лидера, страстей, любви и удачи. Легендарные вожди тоже не вечны: одни утратили ореол славы, потому что курили не затягиваясь<sup>2</sup>, а другие пришли к власти всего лишь из-за того, что не до конца были пробиты дырочки в избирательных бюллетенях.

Сложность непостоянства и неустойчивости всех составных явлений становится ещё более ярко выраженной в области международных отношений, поскольку понятия «союзники» и «враги» всё время меняются. Было время, когда Америка яростно набрасывалась на врага под именем «коммунизм». Даже Че Гевара, великий народный герой, был заклеимён как террорист, потому что принадлежал к определённой партии и носил берет с красной звездой. Вряд ли он был таким уж совершенным коммунистом, каким мы его рисуем. Теперь, спустя несколько десятилетий, Белый дом подлизывается к Китаю, единственной и огромной коммунистической стране, предоставляя ей статус «страны наибольшего благоприятствования» и закрывая глаза именно на то, против чего Америка обычно издаёт боевой клич.

Наверное, именно из-за изменчивости представлений о врагах и друзьях Сиддхартха отказался взять с собой на поиски истины Чанну, когда тот умолял его об этом. Даже его ближайший наперс-

Намёк на получившее широкую известность признание Билла Клинтона о том, что в студенческие годы он курил марихуану, «но не затягиваясь». — *Прим. пер.*

ник и друг был подвержен переменам. Мы часто ощущаем перемену в личных взаимоотношениях. Лучший друг, с которым вы делились своими самыми сокровенными тайнами, способен стать вашим злейшим врагом, потому что эти близкие отношения дают ему преимущество в борьбе против вас. Между президентом Бушем, Усамой бен Ладеном и Саддамом Хусейном произошёл публичный и скандальный разрыв. Эту троицу долго связывали очень тёплые отношения, но теперь они стали примером заклятых врагов. Используя знание глубоко личных подробностей из жизни друга друга, они устроили кровавую бойню, заплатив многими тысячами жизней людей, чтобы навязать другим собственные варианты «нравственности».

Поскольку мы гордимся своими принципами и зачастую навязываем их другим людям, представление о нравственности всё ещё сохраняет для нас какую-то ценность. Однако определение нравственности на протяжении человеческой истории изменялось, соответствуя духу эпохи. Колеблющийся американский показатель политической корректности и некорректности поразительно лукав. Как бы вы ни относились к различным народам и культурным группам, кто-то всё равно будет чувствовать себя обиженным. Правила всё время меняются. В один прекрасный день мы приглашаем друга на обед, и, поскольку он ревностный вегетарианец, нам приходится продумывать соответствующее меню. Но, придя в следующий раз, он спрашивает: «А где же мясо?», потому что теперь он уже ревностный последователь белковой диеты. Или же тот, кто отстаивал мнение о необходимости воздержания до брака, может вдруг ув-

лечься случайными связями, однажды попробовав, что это такое.

В искусстве Древней Азии женщину изображали с обнажённой грудью, и даже в современности в некоторых азиатских странах для женщины считается вполне допустимым ходить с нагим до пояса торсом. Но вот телевидение и система западных ценностей совместными усилиями знакомят этих людей с новой этикой. Вдруг становится безнравственным ходить без бюстгалтера. Те, кто не прикрывает грудь, считаются отсталыми и даже могут попасть за решётку. Грудь сама по себе не представляет собой ничего плохого, и она никак не изменилась, но изменилась мораль. Вследствие этой перемены грудь превратилась во что-то греховное, и в результате Федеральная комиссия по связи Соединённых Штатов оштрафовала Си-би-эс на 550 тысяч долларов за то, что Джанет Джексон в течение трёх секунд показывала всего лишь одну грудь.

**ПРИЧИНЫ И УСЛОВИЯ:  
ЯЙЦО СВАРЕНО, И С ЭТИМ  
УЖЕ НИЧЕГО НЕ ПОДЕЛАЕШЬ**

Говоря о «составных вещах», Сиддхартха имел в виду нечто, большее, чем зримые и осязаемые явления, такие, например, как ДНК, ваша собака, Эйфелева башня, яйцеклетки и сперматозоиды. Ум, время, память и Бог — тоже вещи составные. И каждый из составных компонентов, в свою очередь, зависит от нескольких уровней собрания.

Точно также, говоря о непостоянстве, он выходил за пределы обычных представлений о «конце», например, о том, что смерть случается только один раз — и всё кончено. Смерть длится с момента рождения, с момента создания. Каждая переменная — это разновидность смерти, а потому каждое рождение заключает в себе смерть чего-то ещё. Возьмите варёное куриное яйцо. Без постоянной перемены процесс варки яйца не мог бы состояться. Результат — варёное яйцо — требует неких основных причин и условий. Ясно, что нужны яйцо, кастрюлька с водой и какой-то нагреватель. Кроме того, есть некие не столь существенные причины и условия, например наличие кухни, освещение, таймер, рука, которая положит яйцо в кастрюльку. Другое важное условие — это отсутствие помех, например: не должно отключиться электричество или не должна зайти коза, которая опрокинет кастрюльку. Кроме того, каждое из условий — например курица — требует наличия другого ряда причин и условий. Скажем, нужно, чтобы другая курица снесла яйцо, из которого вылупится наша курица; нужно безопасное место, чтобы это случилось; нужен корм для курицы. Цыплёнку нужно какое-то помещение, где бы он рос. Можно продолжить дальнейшее дробление, вычленив незаменимые и необязательные требования, вплоть до субатомного уровня, называя всё большее число форм, функций и наименований.

Когда все бесчисленные причины и условия сошлись вместе и нет никаких помех и препятствий, результат будет неизбежен. Многие ошибочно принимают это за некий «фатум», судьбу или удачу, но у нас есть ещё и наша энергия и воля, с

тем чтобы извлечь желаемый результат из совокупности условий, по крайней мере в начале процесса. Но в определённый момент, даже если мы будем молиться, чтобы яйцо не сварилось, оно сварится.

Подобно яйцу, все явления порождены мириадами составляющих, а потому изменчивы. Почти все эти мириады компонентов не подчиняются нашей воле, а потому не согласуются с нашими ожиданиями. Самый неперспективный кандидат в президенты может выиграть выборы и потом привести страну к миру и процветанию. Кандидат, которого вы поддерживаете, может победить на выборах, а потом привести страну к экономическому и социальному краху, сделав вашу жизнь несчастной. Допустим, вы считаете либералов левого толка очень просвещёнными политиками, но на самом деле они могут действовать на руку фашистам и скинхедам, глядя на них снисходительно или даже пропагандируя терпимость к тому, что возмутительно и нетерпимо. Или же они защищают личные права тех, чья единственная цель — уничтожить личные права и свободы других людей.

Этот же принцип непредсказуемости применим ко всему: ко всем формам, чувствам, восприятиям, традициям, любви, доверию и недоверию, скептицизму — и даже ко взаимоотношениям между духовными наставниками и учениками, а также между людьми и их богами.

Все эти явления непостоянны. Взять, например, скептицизм. Жил-был один канадец — само воплощение скепсиса. Он обожал ходить на буддийские учения, чтобы спорить с учителями. Он был действительно очень подкован в буддийской фи-

лософии, поэтому его доводы звучали весьма убедительно. Ему очень нравилось повторять цитату из буддийских учений о том, что слова Будды следует тщательно анализировать, а не принимать на веру. Теперь, спустя несколько лет, он стал верным последователем одного известного медиума-контактёра. Этот отъявленный скептик сидит перед своим поющим гуру, и слёзы преданности тому, кто не может выдвинуть и малой толики логических обоснований своего учения, ручьём текут у него из глаз. Вере или преданности полагается быть непоколебимой, но, как и скепсис и тому подобные составные явления, она непостоянна.

Гордитесь ли вы своей принадлежностью к какой-то религии или тем, что не принадлежите ни к какой духовной традиции, вера играет важную роль в вашей жизни. Даже «неверующий» должен верить — полностью, слепо верить — в собственную логику или доводы, основанные на собственных переменчивых чувствах. Так что нет ничего удивительного, что то, что всегда казалось нам столь убедительным, больше таковым кажется. Алогичная природа веры проявляется достаточно явно: она представляет собой одно из самых ярко выраженных составных и взаимозависимых явлений. Вера может возникнуть благодаря надлежащему облику, воспринятому в нужное время и в нужном месте. Ваша вера может опираться на кажущееся родство и идеальную совместимость. Допустим, вы женоненавистник и встречаете человека, проповедующего ненависть к представительницам прекрасного пола. Вы найдёте его проповеди убедительными, согласитесь с ним и станете в него верить. Вашу преданность может подкрепить что-то

совсем несущественное, вроде общей любви к анчоусам. Или, допустим, какой-то человек или организация способны уменьшить ваш страх перед неведомым. Другие факторы: семья, ваша страна или общество, в которых вы родились, — всё это часть собрания элементов, которые объединяются в том, что мы называем верой.

Граждане многих буддийских стран, таких как Бутан, Корея, Япония и Таиланд, слепо преданы буддийскому учению. Однако немало молодых людей в этих странах разочаровались в буддизме, потому что информации о нём мало, а всего того, что отвлекает от веры, в избытке, и, в конце концов, они или переходят в другую веру, или начинают целиком и полностью полагаться лишь на собственный здравый смысл.

## НЕПОСТОЯНСТВО РАБОТАЕТ НА НАС

Весьма полезно понимать, что такое собрание частей, каким образом даже одно варёное яйцо объединяет в себе такое огромное количество явлений. Учась видеть все вещи и ситуации как собрание элементов, мы учимся развивать в себе терпимость, непредубеждённость и бесстрашие. Например, некоторые до сих пор считают Марка Чепмена единственным виновником смерти Джона Леннона. Возможно, не будь наше обожание этой рок-звезды столь велико, у Марка Чепмена не родилась бы идея убить Джона Леннона. Через двадцать лет после случившегося Чепмен признался, что, стреляя в Джона Леннона, он не видел в нём реального

человека. Его психическая неуравновешенность объяснялась стечением большого количества факторов (среди которых особенности мозговых процессов, воспитание, американская система психиатрии). Если мы способны постичь, что больной и мучающийся ум есть собрание частей, и осознать, при каких обстоятельствах он действовал, нам будет легче понять и простить этого Марка Чепмена. Как и в случае с варёным яйцом, убийство неизбежно произошло бы, даже если бы мы стали молиться, чтобы его не было.

Но, возможно, даже такое понимание не избавило бы нас от страха перед Марком Чепменом из-за его непредсказуемости. Страх и волнение — преобладающие психологические состояния человеческого ума. За страхом кроется постоянное желание надёжности и предсказуемости. Мы боимся всего неведомого. Стремление ума к определённости зиждется на нашем страхе перед непостоянством.

Бесстрашие появляется, когда вы можете по достоинству оценить неопределённость, когда у вас есть вера в невозможность того, чтобы взаимосвязанные составляющие оставались неподвижными, статичными и постоянными. Вы в самом подлинном смысле этого выражения будете «готовы к худшему, надеясь на лучшее». Вы обретёте чувство собственного достоинства и величие. Эти качества увеличивают вашу способность работать, бороться, мириться, создавать семью и наслаждаться любовью и личными взаимоотношениями. Зная, что бесчисленные возможности лежат, ожидая тебя, прямо здесь, за ближайшим поворотом, и понимая, что они существуют и бу-



дут существовать и дальше, вы обретёте всеобъемлющую осознанность и дар интуитивного предвидения, похожие на те, что есть у талантливого полководца, не маниакально одержимого, а по настоящему подготовленного.

Что до Сиддхартхи, то для него, не будь непостоянства, не было бы ни продвижения вперёд, ни перемены к лучшему. Летающий слонёнок Дамбо научился это понимать. Детёнышем он был изгоем из-за своих огромных ушей. Он был одиноким, печальным и всё время боялся, что его выгонят из цирка. Но потом он обнаружил, что его «уродство» — редкий и бесценный дар, благодаря которому он может летать. Дамбо стал всеобщим любимцем. Знай он о непостоянстве с самого начала, он не страдал бы так прежде. Осознание непостоянства — ключ к освобождению от страха навсегда остаться «замурованным» в какой-то ситуации, состоянии или системе.

Личные взаимоотношения — самые изменчивые и посему совершенные примеры составных явлений и непостоянства. Некоторые пары считают, что способны сохранить свои отношения, «пока смерть не разлучит», с помощью чтения умных книг или консультаций семейного психолога. Однако, узнав, что мужчины — с Марса, а женщины — с Венеры, мы получаем ключ лишь к немногим и без того вполне очевидным причинам и условиям разлада. Это ограниченное понимание может помочь нам установить временное согласие в межличностных взаимоотношениях, но оно не затрагивает многих скрытых факторов, составляющих часть этих взаимоотношений. Умей мы видеть невидимое, возможно,

мы сумели бы наслаждаться совершенными взаимоотношениями, или, быть может, тогда мы никогда и не стали бы их создавать...

Применяя усвоенное Сиддхартхой понимание непостоянства к взаимоотношениям, мы приходим к ощущению блаженства, описанному в проникновенных словах Джульетты, обращенных к Ромео: «Прощание в час разлуки несёт с собою столько сладкой муки...» Расставание часто бывает самым глубоким моментом в истории взаимоотношений. Любые отношения в итоге должны закончиться, даже если конец им положит только смерть. При мысли об этом наша оценка причин и условий, обеспечивающих каждую связь, повышается. Особенно она сильна, если один из партнёров смертельно болен. В этом случае уже нет иллюзии о «вечности», и это удивительным образом освобождает: наши внимательность и любовь становятся безоговорочными, а наша радость относится главным образом к настоящему мигу. Мы легче и охотнее даём партнёру свои любовь и поддержку, когда его дни сочтены.

Но мы забываем, что наши дни всегда сочтены! Даже если рассудком мы понимаем, что всё рождённое должно умереть и что всё составное в конечном счёте рассыплется в прах, эмоционально мы всё равно поступаем, руководствуясь верой в постоянство, целиком забывая о принципе взаимозависимости. От этой склонности могут проистекать всевозможные негативные состояния: психическая неуравновешенность, чувство одиночества и чувство вины. Мы можем ощущать, что нас обманывают, нам угрожают, нами пренебрегают, — будто весь мир ополчился именно против нас.

## КРАСОТА - В ГЛАЗАХ СМОТРЯЩЕГО

Покидая Капилавасту, Сиддхартха был не один. В те преддawnные часы, когда его семья и слуги спали, он пошёл на конюшню, где дремал Чанна, его возничий и самый верный друг. Чанна онемел при появлении Сиддхартхи, которого никто не сопровождал. Но по приказу своего хозяина он оседлал для него любимого жеребца Катханку. Никем не замеченные, они прошли через городские ворота. Оказавшись на безопасном расстоянии, Сиддхартха спешился и стал снимать с себя драгоценные украшения и царские уборы. Всё это он передал Чанне, наказав взять Катханку и вернуться в город. Чанна умолял позволить ему сопровождать царевича, но Сиддхартха был непреклонен. Чанне пришлось вернуться и продолжать служить царской семье.

Сиддхартха попросил Чанну передать семье, чтобы за него не беспокоились, потому что он отправляется в очень важное путешествие. Он уже передал Чанне все свои украшения, кроме одного: последнего символа величия, высокой касты и царского достоинства — прекрасных длинных волос. Теперь же он сам отрезал их и, отдав их Чанне, один отправился в путь. Сиддхартха приступал к своему исследованию непостоянства. Ему уже казалось глупым отдавать столько энергии на поддержание красоты и изысканности. Он ничего не имел против красоты и ухоженной внешности; он выступал только против веры в присущее им постоянство.

Нередко говорят: «Красота — в глазах смотрящего». Это утверждение более глубокое, чем может показаться на первый взгляд. Представле-

ния о красоте переменчивы; причины и условия, определяемые модой, имеют постоянную тенденцию изменяться, точно так же, как склонны к переменам и те, кто эту красоту созерцает. Ещё в середине XX века в Китае считалось, что девичья стопа не должна вырастать больше десяти сантиметров. Результаты такого мучительного уродования считались красивыми: мужчины даже находили эротическое удовольствие в обнюхивании ткани, которой перебинтовывали стопы. Теперь китайские дамы претерпевают другие страдания, удлиняя свои голени, чтобы походить на женщин из журнала «Вог». Индийские девушки морят себя голодом, чтобы вместо пышных форм — столь совершенных и привлекательных в живописных изображениях Аджанты — приобрести угловатые линии парижских моделей. Западные звёзды немого кино славились тем, что рот у них был меньше, чем их глаза, а в наши дни пришла мода на большие рты с губами-сосисками. Возможно, у грядущих знаменитостей будут губы как у ящерицы и глаза как у попугая. Тогда всем женщинам с пухлыми губами придётся тратиться на операции по уменьшению губ.

## НЕПОСТОЯНСТВО - ХОРОШИЕ НОВОСТИ

Будда не был пессимистом или глашатаем дурных вестей. Он был реалистом в отличие от нас, стремящихся уйти от действительности. Утверждая, что все составные вещи непостоянны, он не имел в

виду, что это плохие новости: это просто данность, научный факт. В зависимости от ваших взглядов и вашего понимания этого факта он может стать ключом к вдохновению и надежде, славе и успеху. Например, если говорить о глобальном потеплении и бедности как о следствии алчности капитализма, то этим бедствиям можно дать обратный ход именно благодаря непостоянству всех составных явлений. Вместо того чтобы уповать в этом деле на сверхъестественные силы, например на Божью волю, нам достаточно всего лишь просто понимать природу составных явлений. Понимая явления, вы можете ими управлять и тем самым воздействовать на причины и условия. Наверное, вы удивитесь, узнав, что такая мелочь, как отказ от использования полиэтиленовых пакетов, может отсрочить глобальное потепление.

Осознавая непостоянство причин и условий, мы приходим к пониманию того, что в наших силах преобразить препятствия и сделать невозможное возможным. Это верно для всех областей жизни. Если у вас нет автомобиля «феррари», вы вполне можете создать условия для его приобретения. Если «феррари» существует в природе, у вас есть возможность стать владельцем одной из этих прекрасных машин. Точно так же, если вы хотите жить дольше, вы можете бросить курить и больше двигаться. Есть вполне обоснованная надежда на достижение желаемого результата. Безнадёжность — как и её противоположность, слепая надежда, — это результат веры в постоянство.

Вы можете преобразовать не только свой физический мир, но и мир своих эмоций, обращая, например, смятение во внутреннюю умиротворён-

ность, благодаря освобождению от амбиций или превращая заниженную самооценку в уверенность в себе, благодаря добрым поступкам и милосердию. Если все мы научимся ставить себя на место других, мы получим мир в своём доме, мир со своими соседями и с другими странами.

Всё это примеры того, как мы можем влиять на составные явления на мирском уровне. Сиддхарта также обнаружил, что непостоянны даже самые жуткие круги ада и проклятия, потому что и они — собрания из множества составных частей. Ад не существует как некое постоянное состояние где-то под землёй, где осуждённые и низвергнутые туда претерпевают вечные муки. Он больше похож на кошмарный сон. Сон, в котором вас топчет слон, объясняется рядом причин и условий: в первую очередь это то, что вы спите, и к тому же у вас могли быть какие-то неприятные жизненные переживания, связанные со слонами. Неважно, сколько длится кошмар: в это время вы находитесь в аду. Потом благодаря причинам и условиям — прозвенел будильник или вы просто выспались — вы пробуждаетесь. Сновидение — это временный ад, и он мало чем отличается от нашего представления о «настоящем» аде.

Точно так же, если вы кого-то ненавидите, с кем-то враждуете и вынашиваете планы мести, это само по себе переживание ада. Ненависть, политические манипуляции и желание отомстить — причины ада на нашей земле, например, когда мальчишка — меньше ростом, тоньше и легче, чем АК-47, который он тащит, — лишён возможности поиграть хоть денёк или отпраздновать свой день рождения, потому что несёт солдатскую службу.

Это не что иное, как ад. В эти ады мы попадаем из-за причин и условий, а потому можем и выбраться из этих адов, используя, как советовал Будда, противоядие от злобы и ненависти — любовь и сострадание.

Непостоянство — это не предсказание армагеддона или апокалипсиса и не кара за наши грехи. По своей сути оно не негативно и не позитивно: это просто часть процесса объединения составных частей. Обычно мы ценим только одну половину цикла непостоянства. Мы можем приветствовать рождение, но не смерть; приобретение, но не потерю; конец экзаменов, но не их начало. Истинное освобождение приходит благодаря признанию всего цикла в целом и отказу от привязанности к тому, что кажется нам приемлемым. Помня об изменчивости и непостоянстве причин и условий, как позитивных, так и негативных, мы можем обратить их себе на пользу. Богатство, здоровье, покой и слава временны и преходящи в той же мере, как и их противоположности. И конечно же, Сиддхартху не влекли к себе небеса и райские наслаждения. Ведь они тоже непостоянны.

Может возникнуть вопрос: почему Сиддхартха сказал, что все *«составные вещи»* непостоянны? Почему он просто не сказал, что все вещи непостоянны? Было бы корректным утверждение о том, что все вещи непостоянны, без добавления уточняющего слова *«составные»*. Однако нужно пользоваться любой возможностью, с тем чтобы напоминать себе о первой части этого выражения — *«составные»*, чтобы сохранять логику, заключающуюся в этом выражении. *«Собрание»* —

понятие очень простое, однако включает в себе столько уровней смысла, что для его глубокого понимания необходимо постоянное напоминание.

Ничто из того, что существует или действует в этом мире, что создано в воображении или на материальном уровне, что проходит через ваш ум, и даже сам ваш ум — ничто не останется вечно таким, каково оно есть сейчас. Вещи могут сохраняться, пока длится восприятие их вами в этой жизни или даже в следующем поколении; но опять-таки они могут исчезнуть раньше, чем вы того ожидаете. В любом случае перемена неизбежна. Здесь нет никакой степени вероятности или случайности. Если вы ощущаете безысходность, вспомните это, и у вас больше не будет оснований для отчаяния, потому что любая его причина тоже изменится. Всё должно измениться. Нет ничего невероятного в том, что Австралия станет частью Китая, а Голландия — частью Турции. Нет ничего невероятного в том, что вы станете причиной смерти другого человека или будете прикованы к инвалидному креслу. А возможно, вы станете миллионером, или спасителем человечества, или нобелевским лауреатом мира, или просветлённым существом.



## ГЛАВА ВТОРАЯ

### Эмоции и боль

На протяжении многих лет, отданных созерцанию и подвижничеству, Сиддхартха оставался непреклонен в своей решимости найти коренную причину страдания и избавиться от страдания и самого себя и других существ. Он направился в Магадху, в сердце Индии, чтобы продолжить там свою медитацию. По пути он встретил продавца травы, которого звали Соттхия. Тот предложил Сиддхартхе охапку травы куша. Сиддхартха воспринял это как счастливое предзнаменование: в Древней Индии трава куша считалась средством очищения. Он не стал продолжать своё путешествие, а решил остановиться и медитировать именно там. Он нашёл место, где можно было сидеть на плоских камнях под деревом пиппала, подстелив траву куша. Безмолвно он поклялся: «Пусть сгниёт это тело, пусть я рассыплюсь в прах, но я не встану, пока не найду ответ».

Сидящий под деревом в созерцании Сиддхартха не остался незамеченным. Мара, царь демонов, услышав клятву Сиддхартхи, почувствовал силу его

решимости. Мара лишился сна: ведь он знал, что Сиддхартха обладает силой, способной сокрушить и ввергнуть в хаос все его владения. Опытный полководец, Мара послал пять самых прекрасных своих дочерей отвлечь и соблазнить царевича. Когда девушки (мы называем их апсарами, или небесными девами-нимфами) направились к Сиддхартхе, они были полностью уверены в своём даре обольщения. Но, едва они приблизились к погружённому в созерцание царевичу, их красота стала вянуть. Они иссохли и постарели, лица их стали уродливыми, а кожа начала источать зловоние. Сиддхартха даже не шелохнулся. Удручённые апсары вернулись к отцу, который рассвирепел, услышав их рассказ. Кто посмел отвергнуть его дочерей?! В ярости Мара призвал всю свою свиту: огромное войско, снаряжённое всеми вообразимыми видами оружия.

Нападая, воинство Мары действовало в полную силу. Но, к их ужасу, стрелы, копья, камни и всё прочее, чем они метили в Сиддхартху, превращалось в дождь из цветов, как только приближалось к своей цели. Через несколько часов безуспешных попыток Мара и его войско обессилели и вынуждены были признать поражение. Наконец, Мара приблизился к Сиддхартхе и коварными речами пытался уговорить его отказаться от своих духовных поисков. Сиддхартха же ответил, что не может этого сделать, поскольку уже потратил на эти поиски много жизней.

— А чем докажешь, что ты действительно прилагал усилия так долго? — спросил Мара.

— Мне не нужны доказательства, — ответил Сиддхартха, — земля — мой свидетель.

И с этими словами он коснулся земли — и земля сотряслась, а Мара растаял в воздухе. Так Сидхартха обрёл освобождение и стал буддой. Он открыл способ покончить со страданием в самом его корне, и не только для себя, но и для всех людей. Место, где произошла эта заключительная битва с Марой, ныне называется Бодхгайей, а дерево, под которым он сидел, — деревом бодхи.

Такова история, которую буддийские матери рассказывают своим детям на протяжении многих поколений.

## **ЧТО ТАКОЕ ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ**

Вопрос «Какова цель или в чём смысл нашей жизни?» попросту некорректен для буддиста, потому что предполагает, что где-то вовне, в пещере или на горной вершине, может находиться нечто, являющееся такой конечной целью или абсолютным смыслом. Такой вопрос предполагает, что мы можем разгадать эту тайну, учась у живущих святых, читая книги или осваивая эзотерические практики. Если вопрос опирается на предположение о том, что много кальп назад какой-то человек или бог набросал чертёж некоей цели, то это вопрос теистический. Буддисты не верят во всемогущего Создателя, и у них нет идеи о том, что цель жизни была кем-то когда-то установлена и определена или что это надлежит сделать теперь самому.

Более уместно задать буддисту простой вопрос: «Что такое жизнь?» Исходя из нашего понимания непостоянства, ответ должен быть очевиден:

«Жизнь — это длинная череда составных явлений, а потому жизнь непостоянна». Это бесконечная смена одного другим, собрание мимолётных впечатлений. Несмотря на существование мириад форм жизни, всех нас объединяет одно — ни одно живое существо не хочет страдать. Все мы — от президентов и миллиардеров до трудолюбивых муравьёв, пчёл, креветок и бабочек — хотим быть счастливыми.

Разумеется, понятия «страдание» и «счастье» для разных существ имеют довольно разное наполнение, даже если взять сравнительно небольшой мир людей. То, что для одного является страданием, для другого — счастье, и наоборот. Для некоторых людей быть счастливым — значит просто ухитриться выживать, а для других — иметь семьсот пар модельной обуви. Одни находят счастье в том, чтобы иметь на бицепсах такую же татуировку, как у Дэвида Бэкхема. Подчас ценой счастья бывает жизнь другого существа, как, например, в том случае, когда счастье одного зависит от того, завладеет ли он плавником акулы, ножкой цыплёнка или penisом тигра. Для одних эротическое и возбуждающее ощущение — это нежное шекотание перышком, а другие предпочитают тёрки для сыра, кнуты и цепи. Король Эдуард VIII предпочёл женитьбу на разведённой американке короне властителя могущественной Британской империи.

Даже у одного человека понятия «счастье» и «страдание» по прошествии определённого времени могут меняться местами. Беспечность мимолётного флирта может внезапно смениться другим чувством, когда один захочет более серьёзных отношений: надежда сменяется страхом.

Б детстве нравится строить песочные замки на берегу, подросткам нравится смотреть на девушек в бикини или на юношей - серферов с обнажённым торсом. Счастье для людей среднего возраста — это деньги и карьера. А когда вам далеко за восемьдесят, счастье — это коллекционирование керамических солонок. Для многих удовлетворение требований, предъявляемых этими бесконечными и изменчивыми представлениями, и есть «цель жизни».

Многие из нас узнают, что такое счастье и страдание, от социума, в котором мы живём: общественное устройство диктует нам оценку нашей удовлетворённости. Это вопрос общих ценностей. Два человека с противоположных континентов могут испытывать одинаковые чувства — удовольствие, отвращение, страх, — основанные на совершенно разных культурных «индикаторах» счастья. Китайцы считают деликатесом куриные лапы, а французы любят намазывать на тосты паштет из гусиной печёнки. Вообразите, каким был бы мир, если бы не было капитализма и каждая страна и отдельный человек действительно жили согласно прагматической коммунистической философии Мао Цзэдуна: мы были бы полностью счастливы без мегамоллов, шикарных автомобилей, кофеен «Старбакс», без конкуренции, без пропасти между бедными и богатыми, но со всеобщей системой здравоохранения, а велосипеды ценились бы больше, чем «хаммеры». Вместо этого мы учимся, чего нам нужно хотеть. Лет десять назад в отдалённом гималайском королевстве Бутан характерным символом достатка были видеоманитофоны. Постепенно этот символ был

вытеснен внедорожником «тойота ленд-крузер», свидетельствующим о принадлежности его обладателя к национальному клубу «Счастье и процветание» .

Эта склонность считать, что норма, принятая той или иной группой, должна быть нашей нормой, формируется в очень раннем возрасте. В первом классе вы видите, что у всех детей есть пенал определённого вида. У вас появляется «потребность» тоже иметь такой, чтобы не отличаться от остальных. Вы говорите об этом маме, и от того, купит она вам эту вещь или нет, зависит уровень вашего счастья. То же самое продолжается и в вашей взрослой жизни. У соседа есть плазменный телевизор или новый внедорожник, и потому вам хочется того же самого, но только больше и ещё новее. Дух соперничества и желание иметь то же, что и другие, присутствуют и на культурном уровне. Зачастую мы оцениваем обычаи и традиции другой культуры более высоко, чем собственные. Недавно один тайваньский учитель решил отпустить длинные волосы и носить причёску, являвшуюся традиционной для Китая в течение многих столетий. Напоминая древнего китайского воина, он выглядел весьма элегантно, но директор школы пригрозил, что уволит его, если тот не станет «прилично вести себя», то есть не сделает себе короткую стрижку в стиле XXI века. Теперь его коротко остриженная голова с жёсткими волосами выглядит так, будто его ударило током.

Довольно удивительно наблюдать, как китайцы стесняются своих корней, но в Азии мы видим много таких примеров комплекса превосходства-неполноценности. С одной стороны, азиаты очень

гордятся своей культурой, а с другой — стыдятся, считая её отсталой. Они замещают её западной культурой почти во всех областях жизни — в одежде, музыке, нравственности и даже в политической системе.

Как на личном, так и на социокультурном уровне мы перенимаем иностранные, чуждые методы достижения счастья и преодоления страдания, редко понимая, что эти методы зачастую приносят результат, почти противоположный ожидаемому. Наше неумение приспособиться создаёт ряд новых невзгод, потому что теперь мы не только продолжаем страдать, но вдобавок ощущаем ещё и отчуждение от собственной жизни, неспособные «вписаться» в существующую систему.

Некоторые из этих культурных определений «счастья» до некоторой степени действительно корректны и справедливы. Вообще говоря, круглая сумма в банке, удобное жилище, хорошее питание, приличная обувь и другие основные аспекты комфорта и удобства — всё это и вправду делает нас счастливыми. Но опять-таки индийские садху и странствующие отшельники Тибета счастливы потому, что у них нет нужды в кольце для ключей, они не боятся, что у них украдут их добро: ведь им нечего запереть.

## ОБЩЕПРИЗНАННЫЕ ОПРЕДЕЛЕНИЯ СЧАСТЬЯ

Задолго до того, как Сиддхартха достиг знаменитого места просветления в Бодхгае, он шесть лет

сидел под другим деревом. Он изнурял плоть, питаясь лишь несколькими зёрнами риса и утоляя жажду несколькими каплями воды; он не мылся и не стриг ногтей. Тем самым он стал образцом для своих собратьев — других духовных искателей, с которыми он практиковал. Он был настолько выдержан, что детям местных пастухов, которые щекотали ему уши травинками и трубили дудками прямо в лицо, никогда не удавалось вывести его из себя. Но однажды, через много лет чрезвычайных лишений, он постиг: то, что он делал, было неверно, это путь крайностей, очередная ловушка, точно такая же, как куртизанки, сады с павлинами и ложки, инкрустированные драгоценностями. И он решил покончить с аскетизмом и искупаться в протекавшей рядом реке Найраньджане (нынешняя Пхалгу). К полному изумлению собратьев, он даже принял парного молока от крестьянской девушки Суджаты. Считается, что духовные товарищи покинули Сиддхартху, полагая, что тот дурно на них повлияет и это повредит их практике.

Можно понять, почему эти аскеты покинули Сиддхартху, ведь он нарушил свои обеты. Люди всегда стараются найти счастье, стремясь не только к материальным благам, но и к духовным. Мировая история во многом вращается вокруг религии. Религии дают людям свет на пути и правила поведения: учат любить своих соседей, исповедовать *золотое правило* (поступать с людьми так, как ты хотел бы, чтобы они поступали с тобой. — *Прим. пер.*), практиковать щедрость и медитацию, пост и жертвенность. Однако эти на первый взгляд полезные принципы могут превратиться в



крайность, в пуританскую догму, из-за которой у людей появляются ненужное чувство вины и низкая самооценка. Довольно часто верующие смотрят свысока на другие религии, проявляя крайнюю нетерпимость и используя свою веру для оправдания культурного или даже физического геноцида. Повсеместно существует великое множество примеров подобного разрушительного религиозного рвения.

Желая счастья и облегчения страданий, люди полагаются не только на существующую религию, но на житейскую мудрость, а то и на политические лозунги. Теодор Рузвельт сказал: «Если бы мне пришлось выбирать между справедливостью и миром, я выбрал бы справедливость». Но справедливость с чьей точки зрения? Какой интерпретации этого понятия нам предлагается следовать? Экстремизм — это просто предпочтение одной идеи о справедливости и отрицание всех других.

Возьмём другой пример. Легко увидеть всю привлекательность мудрости Конфуция, предписывающего, например, уважать и слушаться старших и не выставлять напоказ недостатки и ошибки своей семьи и страны. Его мудрость очень прагматична и может быть полезна для жизни в этом мире. Все эти правила способны быть мудрыми руководствами, но во многих случаях они приводили к чрезвычайно неприятным последствиям, например к отсутствию гласности, замалчиванию нелицеприятных фактов действительности или подавлению иных взглядов на происходящее. Скажем, одержимость идеей о «сохранении лица», «невынесении сора из избы» и послушании старшим вылилась в многовековую историю обмана и

лжи как по отношению к ближайшим соседям, так и к целым народам.

Если иметь в виду подобный исторический контекст, то не будет ничего удивительного в привычке к лицемерию, глубоко укоренившейся во многих азиатских странах, например в Китае и Сингапуре. Руководители многих стран осуждают феодализм и монархизм, хвастаясь тем, что ввели у себя демократию или коммунизм. Но те же самые руководители, пользующиеся таким почётом у своего народа и скрывающие свои преступления и ошибки, остаются на своём посту до последнего вздоха или до тех пор, пока не передадут его избранному ими преемнику. Мало что изменилось по сравнению со старой феодальной системой. Закон и правосудие призваны поддерживать мир и согласие в обществе, но во многих случаях система правосудия обслуживает мошенников и богачей, тогда как бедные и невинные страдают от несправедливых законов.

Мы, люди, больше, чем каким-либо другим увлечением или работой, поглощены погоней за счастьем и желанием избавиться от страдания, используя для этого бесчисленные методы и материальные объекты.

Вот почему у нас есть скоростные лифты, ноут-буки, перезаряжаемые батарейки, посудомоечные машины, тостеры, сами выстреливающие хлеб с нужной степенью поджаренности, пылесосы для уборки собачьего дерьма, работающие на батарейках щипчики для удаления волосков из носа, унитазы с подогреваемыми сиденьями, новокаин, мобильные телефоны, виагра, ковровые покрытия от плитуса до плитуса... Но все эти удоб-

ства в равной степени неизбежно служат и источником проблем.

Целые страны стремятся к счастью и прекращению страдания в больших масштабах: борются за территорию, нефть, пространство, финансовые рынки и власть. Они ведут превентивные войны, чтобы не допустить потенциально возможного страдания в будущем. На индивидуальном уровне мы делаем то же самое, применяя профилактические медицинские средства, принимая витамины, делая прививки, сдавая анализы крови и просвечивая всё своё тело с помощью компьютерной томографии. Мы ищем признаки грозящего нам страдания. Обнаружив их, мы сразу стараемся найти способ лечения. Каждый год появляются новые методы, средства и справочные издания, нацеленные на то, чтобы принести долговременное избавление от страдания и, в идеале, устранить проблему в принципе как таковую.

Сиддхартха тоже старался пресечь страдание в корне. Но он не витал в фантазиях о политической революции, переселении на другую планету или о создании новой мировой экономики. Он не помышлял даже о создании новой религии или о разработке свода правил поведения, которые принесли бы с собой мир и согласие. С открытым умом Сиддхартха исследовал страдание и благодаря неустанному размышлению обнаружил, что самый его корень — это наши эмоции. На самом деле они и есть страдание. Так или иначе, прямо или косвенно, все эмоции рождаются из эгоизма, в том смысле, что заключают в себе привязанность к своему «я». Кроме того, он обнаружил,

что, несмотря на кажущуюся реальность, эмоции не являются неотъемлемой частью нашего существования. Они и не родились вместе с нами, и не посланы на нас каким-либо человеком или богом. Эмоции возникают, если сходятся особые причины и условия, например, когда вам вдруг приходит на ум, что кто-то вас осуждает, или презирает, или отнимает у вас то, что принадлежит вам по праву. Тогда возникают соответствующие эмоции. В тот миг, когда мы принимаем эти эмоции, вовлекаемся в них, в тот миг, когда мы попадаем на эту удочку, мы утрачиваем осознанность и здравомыслие. Мы «выходим из себя». Так Сиддхартха нашёл своё решение — осознанность. Если вы искренне хотите устранить страдание, вам необходимо развить в себе осознанность, обратить внимание на свои эмоции и научиться «не выходить из себя».

Если вы понаблюдаете за своими эмоциями, как это делал Сиддхартха, если вы будете стараться установить их происхождение, то обнаружите, что все они коренятся в отсутствие правильного понимания, а потому изначально ошибочны. По сути, все эмоции — разновидности предубеждения: в каждой эмоции всегда заключена доля концептуального суждения.

Например, если факел вращают с достаточной скоростью, мы видим огненное кольцо. Простодушных детей да и взрослых это зрелище увлекает и завораживает. Малые дети не вычленяют руку, держащую факел, сам факел и огонь от него. То, что они видят, для них реально: их увлекает оптический обман, огненное кольцо. Сколько бы он ни ДЛИЛСЯ, пусть одно мгновение, дети полно-

стью и глубоко в нём убеждены. Точно так же многие из нас заблуждаются относительно видимости собственного тела. Глядя на своё тело, мы не думаем о нём как о совокупности отдельных частей: молекул, генов, сосудов, плоти и крови. Мы думаем о теле как о едином целом, и, более того, мы предвзято полагаем, что это и есть истинно существующий организм, называемый «тело». Убеждённые в этом, сначала мы хотим иметь плоский живот, изящные кисти рук, стать и высокий рост, загорелое и красивое лицо или соблазнительную, точёную фигуру. Потом, помешавшись на этом, мы тратимся на членство в спортивном клубе, на увлажнители, чаи для похудения, на «диету Южного побережья», на йогу, тренажёры и лавандовое масло.

Будто дети, поглощённые и замороженные зрелищем огненного кольца, которое их изумляет и даже пугает, мы проявляем различные эмоции по отношению к внешнему виду и благополучию собственного тела. Если говорить об огненном кольце, то взрослые, как правило, отдают себе отчёт, что это просто иллюзия, а потому оно не вызывает в них столь бурных эмоций. Исходя из здравого смысла, мы понимаем, что кольцо состоит из своих составных частей: из движения руки, держащей горящий факел. Утомлённый зрелищем старший брат может относиться к младшему свысока, покровительственно. Однако мы, взрослые, видя кольцо, можем понять замороженность малыша, особенно если всё происходит ночью, в сопровождении танцев, необычной музыки и в обстановке общего подъёма. В таком случае даже для нас, взрослых, это зрелище может быть захватываю-

щим, хотя мы и понимаем, что в основе его лежит иллюзия. По мнению Сиддхартхи, это понимание — зачаток сострадания.

## БЕСКОНЕЧНОЕ РАЗНООБРАЗИЕ ЭМОЦИЙ

По мере того как углублялась его медитация, Сиддхартха начал постигать иллюзорную суть всех явлений и, поняв это их качество, по-другому взглянул на свою прежнюю жизнь во дворце, на пиры и сады с павлинами, на своих друзей и семью. Он увидел, что так называемая семья — всё равно что постояльцы гостиницы, путники, временно поселившиеся под одной крышей. Рано или поздно — с приходом смерти, а то и раньше — все собравшиеся разойдутся кто куда. Пока некая группа людей остаётся вместе, их взаимоотношения наполнены доверием, ответственностью, любовью, общими успехами и неудачами — и всё это порождает бесконечное разнообразие драматических ситуаций.

Сиддхартха мог очень ясно увидеть, как легко людям увлечься представлением об идиллической семейной жизни, идеей близости и родства, и всеми приятными моментами жизни во дворце. Другие не могли видеть реальность так, как он: подобно взрослому, понимающему, что огненное кольцо в ночи — лишь иллюзия, собрание частей, лишённых собственной сущности. Но словно добрый отец, без надменности и покровительственного отношения к тем, кто этой иллюзией заворожён, он

видел, что в этом круговороте нет ни плохого, ни хорошего, нет вины и нет обвиняемых, — и это давало ему возможность чувствовать одно лишь великое сострадание.

Теперь, когда кругозор Сиддхартхи не был ограничен рамками жизни во дворце, он мог видеть отсутствие сущности собственного материального тела. Это тело по своей природе было для него тем же самым, что и огненное кольцо. Пока кто-то верит, что такая вещь по-настоящему существует — один миг или вечно, — эта его вера коренится в заблуждении. Заблуждение есть не что иное, как недостаток осведомлённости. Если кому-то недостаёт осведомлённости, буддисты называют такое состояние сознания неведением. Именно из этого неведения возникают наши эмоции. Как мы увидим, этот процесс, начинающийся утратой осведомлённости и заканчивающийся появлением эмоций, можно исчерпывающим образом объяснить с помощью четырёх истин.

В этом мире существует безграничное разнообразие эмоций. Из наших ошибочных суждений, предрассудков и неведения каждый миг рождаются бесчисленные эмоции. Нам знакомы любовь и ненависть, чувства вины и невиновности, преданность, уныние, ревность и гордость, страх, стыд, печаль и радость, а также множество других чувств. В некоторых языках есть такие слова для обозначения эмоций, для которых в нашем языке нет названий, а потому они не существуют. В некоторых уголках Азии нет слова для обозначения романтической любви, тогда как у испанцев есть множество слов для определения разных аспектов такой влюблённости.

По мнению буддистов, существует бесчисленное множество эмоций, для которых в разных языках существуют наименования, но ещё больше таких, которые превосходят нашу способность давать определения в рамках логического мышления. Некоторые эмоции кажутся поддающимися разумному объяснению, но большинство из них иррационально. Некоторые с виду мирные эмоции на самом деле коренятся в агрессивности. А есть и такие эмоции, которые почти неуловимы. Мы можем считать кого-то совершенно бесстрастным и невозмутимым, но это состояние — само по себе эмоция.

Эмоции могут быть ребяческими. Например, вы можете рассердиться из-за того, что кто-то другой не сердится, а вы считаете, что ему следовало бы это делать. Или в какой-то день вы огорчаетесь потому, что ваша подруга слишком много хочет, а завтра огорчаетесь потому, что она хочет чего-то недостаточно. Некоторые эмоции кажутся случайному наблюдателю забавными, как, например, когда принц Чарльз, тайно флиртуя со своей тогдашней любовницей Камиллой Паркер Боулз, заметил ей, что не прочь бы перевоплотиться её тампоном. Некоторые эмоции проявляются как вздорная самонадеянность, например, как у хозяев Белого дома, навязывающих всему миру своё понимание свободы. Навязывание другим своего личного мнения с применением силы, шантажа, обмана или тонких манипуляций — это тоже часть нашей эмоциональной деятельности. Немало христиан и мусульман страстно хотят обратить язычников в свою «истинную веру», дабы помочь им избежать геенны огненной и проклятия, тогда как экзистенциалисты рьяно пытаются превратить ре-



лигиозных людей в язычников. Эмоции проявляются и в виде нелепой гордости, питаемой, например, патриотами - индийцами по отношению к Индии, которая в теперешнем её виде была создана британским колониальным правлением. Многие патриотически настроенные американцы ощутили самодовольную радость, когда президент Буш с капитанского мостика авианосца «Авраам Линкольн» объявил о победе над Ираком, хотя на самом деле война только начиналась. Отчаянное стремление завоевать уважение — это тоже эмоция: возьмите Малайзию, Тайвань и Китай, соревнующихся в том, кто построит самое высокое в мире здание, будто это и есть доказательство их мощи. Эмоции могут быть болезненными и извращёнными, приводя к педофилии и зверской жестокости. Один мужчина даже поместил в Интернете объявление, что ищет молодого человека, желающего быть убитым и съеденным. Он получил многочисленные отклики и в конце концов действительно убил и сожрал одного из своих респондентов.

#### ПОСМОТРИМ В КОРЕНЬ - (НЕСУЩЕСТВУЮЩЕЕ) «Я»

Все эти разнообразные эмоции и их последствия проистекают от заблуждения, а заблуждение это берёт начало в одном-единственном источнике, корне всякого неведения — привязанности к своему «я».

Мы предполагаем, что у каждого из нас есть своё «я», что существует некий феномен, называемый

«я». Однако «я» — это всего лишь очередное заблуждение. Обыкновенно мы сами производим на свет это представление о своём «я», которое затем кажется нам чем-то надёжным и незыблемым. Нами владеет идея о том, что это понятие обозначает нечто устойчивое и реальное. Мы думаем, поднимая руку: я есть вот эта форма. Мы думаем: у меня есть форма — вот моё тело. Мы думаем: эта форма и есть я — я высокий. Мы думаем: я нахожусь в этой форме, указывая на свою грудь. То же самое с нашими чувствами, восприятием и действиями. У меня есть чувства, я воспринимаю то-то и то-то... Но Сиддхартха постиг, что нет никакой независимой сущности, которую можно квалифицировать как «я» и обнаружить где-либо, внутри или снаружи тела. Как и оптический обман огненного кольца, «я» — иллюзорно. Это обман, основополагающая ошибка, то, что в конечном счёте не обладает бытием. Но точно так же, как нас завораживает огненное кольцо, нас завораживает и представление о том, что мы — это «я». Рассматривая своё тело, чувства, восприятие, действия и сознание, мы понимаем, что всё это разные элементы того, о чём мы думаем как о «себе», однако если бы мы провели исследование, то обнаружили бы, что «я» не пребывает ни в одной из этих составляющих. Привязанность к заблуждению о своём «я» — это смехотворный акт неведения; он увековечивает неведение и приводит ко всевозможным страданиям и разочарованиям. Что бы мы ни делали в нашей жизни, всё зависит от того, как мы воспринимаем своё «я», а потому, если это восприятие опирается на заблуждения — что неизбежно так, — то заблуждение пронизывает всё, что мы

делаем, видим и переживаем. И дело здесь не просто в детском непонимании оптических законов, света и движения: всё наше бытие основано на чрезвычайно шатких посылках.

В тот миг, когда Сиддхартха обнаружил отсутствие «я», он также обнаружил и отсутствие какого-либо независимо существующего зла — есть только неведение. В частности, он размышлял о связанном с созданием ярлыка «я» неведении, которое наклеивает этот ярлык на абсолютно лишённое основы составное явление, приписывает ему значимость и изо всех сил его защищает. Это неведение, как обнаружил Сиддхартха, прямо ведёт к страданию и мучениям.

Неведение — это просто незнание фактов, неверное знание или неполное знание. Все эти разновидности неведения влекут за собой непонимание и ошибочное истолкование, преувеличение и преуменьшение. Допустим, отыскивая своего друга, вы увидели его вдалеке. Приблизившись, вы обнаруживаете, что ошиблись и приняли за друга какое-то чучело. Вы, конечно же, разочаруетесь. Ведь не чучело подшутило над вами и не друг коварно вас обманул: вас ввело в заблуждение ваше собственное неведение. Всё, что мы делаем, повинуюсь неведению, ненадёжно. Когда мы действуем без понимания или с неполным пониманием, у нас нет основания для уверенности. Здесь проявляется наше исконное сомнение, оно-то и порождает все эти эмоции, имеющие имя и безымянные, явные и скрытые.

Единственная причина, по которой мы ощущаем уверенность в том, что достигнем вершины лестницы или что наш самолёт взлетит и благополуч-

но приземлится в нужном месте, заключается в том, что мы пребываем в блаженном неведении. Но это блаженство недолговечно, поскольку блаженное неведение есть не что иное, как постоянное преувеличение наших шансов на то, что нам обязательно повезёт, и недооценка существующих препятствий. Разумеется, причины и условия действительно сходятся вместе и события происходят именно так, как мы того ожидали, но мы смотрим на этот успех как на нечто само собой разумеющееся. Мы используем это как доказательство того, что иначе и быть не могло, что наши предположения были верны и обоснованны. Но такие предположения — всего лишь пища для ошибочного понимания. Всякий раз, когда мы делаем предположение — например, о том, что понимаем свою супругу, — мы обнажаем себя, словно открытую рану. Предположения и ожидания, опирающиеся на кого-то или что-то постороннее, делают нас уязвимыми. В любой момент может выскочить одно из бесчисленных возможных несоответствий и бросить пригоршню соли на наши предположения, отчего мы содрогнёмся и взвоем.

#### ПРИВЫЧНА - СОЮЗНИК «Я»

Вероятно, величайшее открытие в истории человечества — это постижение Сиддхартхой того, что независимо существующего «я» нет в природе, что это просто ярлык-обозначение, а потому привязанность к нему есть неведение. Однако, сколь бы ни был непрочен этот ярлык, уничтожить его —

непростая задача. Ярлык, называемый «я», — самое прочное из всех представлений.

Открытие Сиддхартхой ошибочности представления о «я» символически выражено в истории о сокрушении Мары. Традиционно именуемый злым владыкой мира желаний, Мара — это не что иное, как владевшая самим Сиддхартхой привязанность к «я». Принято изображать Мару красивым и могучим воином, не знающим поражений. Как и Мара, «я» могущественно и ненасытно, себялюбиво и лживо, жадно до внимания, умно и тщеславно. Трудно вспомнить, что, подобно иллюзии огненного кольца, «я» — лишь собрание частей, что оно не существует независимо и подвержено ежесекундным переменам.

Привычные стереотипы восприятия ослабляют наши попытки справиться с привязанностью к «я». Даже простые привычки очень живучи. Может быть, вы и осознаёте, какой вред наносит курение вашему здоровью, но это далеко не всегда убеждает вас бросить курить, особенно если вам нравятся сам ритуал, утончённая форма сигареты, клубы голубоватого табачного дыма, вам нравится, как этот душистый дым обволакивает ваши пальцы. Но привычка к «я» — не просто пагубная привязанность, вроде курения сигарет. Эта привычка коренится в нас с незапамятных времён. Именно так мы идентифицируем самих себя. Именно это «я» мы сильнее всего любим, а подчас и яростнее всего ненавидим. Кроме того, именно его существование мы так усердно стараемся утвердить. Почти всё, что мы делаем, всё, что думаем или имеем, в том числе и наш духовный путь, — это средства, служащие для того, чтобы подтвердить его суще-

ствование. Именно «я» боится неудач и жаждет успеха, страшится ада и мечтает о небесах обетованных. «Я» терпеть не может страдания, но в то же самое время любит его причины. Оно с тупым упрямством ведёт войны во имя мира. Оно желает просветления, но недолюбливает путь к просветлению. Оно желает работать по-социалистически, а жить по-капиталистически. Когда «я» ощущает одиночество, оно мечтает о дружбе. Его одержимость теми, кого оно любит, проявляется в страсти, которая может легко превратиться в ненависть. Его потенциальные оппоненты — например духовные пути, призванные победить эго, — зачастую искажаются им и становятся союзниками «я». В искусстве шулерской игры ему нет равных. Будто шелковичный червь, оно окутывает себя коконом, но в отличие от этого червя не знает, как вырваться наружу.

## **БИТВА С «Я»**

Во время битвы в Бодхгайе Мара применял против Сиддхартхи разнообразное оружие. Например, у него были особые стрелы. Каждая стрела обладала губительной силой, например: одна вызывала страсть, другая — притуплённость ума, третья — гордость, четвёртая — раздоры, пятая — самодовольство, шестая — лишала осознанности. В буддийских сутрах мы читаем, что Мара остаётся непобеждённым в каждом из нас — он непрерывно пускает в нас свои отравленные стрелы. Поражённые стрелами Мары, сначала мы цепенеем, а по-

том яд пропитывает все наше существо, постепенно разрушая его. Когда мы утрачиваем осознанность и цепляемся за «я» — это действует вызывающий оцепенение яд Мары. За этим в наше сознание неизбежно вкрадываются разрушительные эмоции, пропитывая нас насквозь.

Если нас поразила стрела страсти, все наши обычные чувства, рассудительность и здравый ум улетучиваются, а ложная гордость, развращённость и безнравственность просачиваются внутрь и занимают их место. Отравленные, мы не останавливаемся ни перед чем, чтобы заполучить желаемое. Человек, поражённый страстью, может найти сексуально привлекательной уличную проститутку с формами бегемота, хотя красивая девушка преданно ждёт его дома. Словно мотылёк на огонь и рыба на крючок с наживкой, многие из нас на этой земле попадали в ловушку, соблазнённые едой, славой, похвалой, деньгами, красотой и почётом.

Страсть может проявиться и как жажда власти. Охваченные ею, мировые лидеры совершенно безразличны к тому, что их жажда власти разрушительна для планеты. Если бы не алчность некоторых людей, жаждущих наживы, автострады были бы полны машин, питаемых солнечными батареями, и никто в мире не голодал бы. Такие достижения возможны физически и технологически, но явно невозможны с точки зрения правящих в мире эмоций. А тем временем мы ворчим насчёт окружающей нас несправедливости и осуждаем таких людей, как Джордж Буш-младший. Сами поражённые стрелами алчности, мы не видим, что именно наше собственное желание — иметь такие удобства, как дешёвая импорт-

ная электроника, и такие предметы роскоши, как внедорожник «хаммер», — на самом деле способствует несправедливым войнам, опустошающим наш мир. Каждый день в Лос-Анджелесе во время часа пик специальная полоса для автомобилей, перевозящих несколько человек, пуста, тогда как тысячи машин с одиноким водителем заполняют остальную часть дороги. Даже те, кто устраивает марши протеста под лозунгом «Нет кровопролитию ради нефти!», нуждаются в нефти, чтобы иметь возможность покупать привозные киви для своих фруктовых десертов.

Из-за стрел Мары вспыхивают бесконечные распри. На протяжении всей истории религиозные деятели, которые, по всеобщему мнению, должны быть выше страстей и служить для нас образцами чистоты и праведности, оказываются столь же жадными до власти. Они манипулируют своими последователями, угрожая им адскими муками и суля райское блаженство. Ныне мы видим, что политики манипулируют выборами и предвыборными кампаниями до такой степени, что без малейшего зазрения совести обрушивают крылатые ракеты «томагавк» на ни в чём не повинные страны, если это может склонить общественное мнение на их сторону. Кого заботит, выиграли ли вы войну, если вы уже выиграли выборы? Иные политики выставляют напоказ свою религиозность, инсценируют покушение на себя, фабрикуют героев и организуют катастрофы — и всё это с целью утолить свою жажду власти.

Если человеческое «я» переполнено гордостью, на эмоциональном уровне это может проявиться бесчисленным множеством способов: фанатизм,



расизм, моральная неустойчивость, боязнь неприятия, боязнь неприятностей, бесчувственность — вот лишь некоторые из них. Движимые мужской гордостью, представители сильного пола умаляют роль и подавляют энергию более чем половины людского рода — женщин. В период ухаживания обе стороны проявляют гордость, постоянно оценивая, достаточно ли хорош для них другой человек и достаточно ли они хороши для другого человека. Движимые гордыней, иные семьи тратят целые состояния на свадебную церемонию, длящуюся один день, хотя заключённый брак, возможно, и не будет долгим, в то время как в тот же день и в той же деревне люди умирают с голода. Турист нарочито и демонстративно даёт десять долларов чаевых швейцару за то, что тот толкнул перед ним вращающуюся дверь, а в следующую минуту торгуется из-за пятидолларовой футболки с продавщицей, которая пытается заработать на жизнь для своего младенца и семьи.

Гордость и жалость тесно связаны между собой. Если вам кажется, что жизнь у вас тяжелее и несчастнее, чем у других, это просто проявление привязанности к собственному «я». Когда «я» возрастает жалость к самому себе, не остаётся места для сострадания к другим. В нашем несовершенном мире так много людей страдали в прошлом и страдают по сей день. Однако страдания некоторых людей считаются более «важными» страданиями. Хотя у нас нет точной статистики, можно с уверенностью сказать, что число коренных жителей Америки, убитых европейцами при колонизации Северной Америки, по меньшей мере равно числу жертв других случаев ге-

ноцида, признанных историками. Однако соответствующего общепризнанного термина — такого, как антисемитизм или холокост, — который обозначал бы эту немыслимую бойню, нет.

Массовые убийства, организованные Сталиным и Мао Цзэдуном, тоже не имеют отличительных наименований, хотя и существуют музеи, бесконечные документальные и полнометражные фильмы и судебные иски о реабилитации. Мусульмане жалуются, что их преследуют, но забывают о том, какие разрушения несли с собой их предки-моголы, которые завоевали большую часть Азии, распространяя ислам. Свидетельства тогдашнего разорения видны до сих пор — это древние руины памятников и храмов, некогда возведённых из любви к другому богу.

Существует гордость от принадлежности к какой-то школе, традиции или религии. Христиане, иудеи и мусульмане верят в одного и того же Бога, и в некотором смысле они — братья. Но вследствие гордости, которую питают последователи этих религий, и их мнения о том, что именно они «правильные», религии эти стали причиной большого количества смертей, чем две мировые войны, вместе взятые.

Причина расизма — эта та же отравленная стрела гордости. Многие азиаты и африканцы обвиняют в расизме белых жителей Запада, но расизм существует и в Азии. На Западе есть хотя бы антирасистские законы и на официальном уровне расизм осуждают. Однако сингапурская девушка не может пригласить своего мужа-бельгийца домой, чтобы познакомить с семьёй. Этнические китайцы и индийцы в Малайзии не могут получить статус

«бхумипутры»<sup>3</sup> на протяжении многих поколений. В Японии многие родившиеся там корейцы всё ещё не натурализовались. Хотя многие белые усыновляют цветных детей, вряд ли состоятельная азиатская семья когда-либо усыновит белого ребёнка. Немало уроженцев Азии считают такое смешение культур и рас неприемлемым. Интересно, как азиаты восприняли бы противоположную ситуацию: если бы белым людям миллионами пришлось мигрировать в Китай, Корею, Японию, Малайзию, Саудовскую Аравию и Индию? Что, если бы они организовывали свои общины, отнимали у местных рабочие места, выписывали себе с родины невест, поколение за поколением разговаривали на своём языке, отказываясь говорить на языке исконных жителей этой страны, и в довершение всего поддерживали религиозный экстремизм у себя на родине?

Другая стрела Мары — зависть. Это одна из эмоций, более всего свойственных неудачникам. Она проявляется иррационально и порождает причудливые истории, чтобы сбить вас с толку. Она может поразить внезапно в самое неожиданное время, например, когда вы наслаждаетесь прослушиванием классической симфонии. Хотя у вас нет никакого намерения стать виолончелисткой и вы никогда и пальцем не прикасались к виолончели, вас может охватить зависть к ни в чём не повинной виолончелистке, с которой вы никогда даже не встречались. Одного того факта, что она талантлива, будет достаточно, чтобы отравить ваш ум.

Почти весь мир завидует Соединённым Штатам. Многие из религиозных и политических фанатиков,

«Сына земли», или коренного жителя. — *Прим. ред.*

высмеивающих и критикующих США, называя американцев подручными сатаны и империалистами, вывернулись бы наизнанку, чтобы получить «гринкард», если таковой у них ещё нет. Движимое чёрной завистью, общество, зачастую подстрекаемое средствами массовой информации, почти всегда набрасывается на тех, кто пользуется успехом в финансовой, физической или интеллектуальной области. Некоторые журналисты предпринимают попытки защищать аутсайдеров и «простых людей», но часто они боятся упоминать, что некоторые из этих «аутсайдеров» на самом деле фанатики. Эти журналисты отказываются освещать какие-либо их преступления, а те немногие, которые отваживаются высказаться открыто, рискуют быть заклеёнными как экстремисты или шовинисты.

Эгоистически желая заполучить больше учеников-последователей, коварный Мара проповедует свободу, но если кто-то по-настоящему ею воспользуется, вряд ли Мару это понравится. По существу, мы предпочитаем, чтобы свобода предназначалась только для нас, а не для других существ. Неудивительно, что, если мы или кто-то ещё действительно станем пользоваться всеми своими свободами, нас не везде будут приветствовать. Так называемые свобода и демократия — просто ещё одна система подчинения, выстроенная Марой.

## А КАК ЖЕ ЛЮБОВЬ?

Вы можете думать, что не все эмоции — страдание: а как же любовь, радость, творческое вдохно-

вение, преданность, восторг, покой, чувство единства, чувство удовлетворения, утешение? Мы считаем, что эмоции необходимы для творческого самовыражения: поэзии, музыки и других видов искусства. Наше определение страдания нечётко и ограничено. Сиддхартха дал более широкое и при этом намного более точное и чёткое определение страдания.

Некоторые виды страдания, например враждебность, ревность или головная боль, обладают явными отрицательными качествами, тогда как другие вовсе не кажутся нам столь тягостными. Для Сиддхартхи всё, что имеет такое качество, как неопределённость и непредсказуемость, — страдание. Например, любовь может приносить радость и удовлетворение, но она не возникает сама по себе, ни с того ни с сего. Она зависит от кого-то или чего-то, а потому непредсказуема. Как минимум человек зависит от объекта любви, и в известном смысле он всегда «на поводке». Дополнительных же неявных условий не счесть. По этой причине совершенно бессмысленно ругать своих родителей за наше несчастливое детство или ругать самих себя за разлад между родителями, потому что нам совершенно неведомы многие скрытые зависимые условия, связанные с этими ситуациями.

Для обозначения счастья и несчастья тибетцы используют слова *рангванг* и *шенванг*. Дать их точный перевод трудно. *Ранг* — значит «я», «сам», «моё», *ванг* — «сила», «власть», «права» или «полномочие», а *гиен* — «другой». Вообще говоря, пока человек сам управляет ситуацией, он счастлив, когда же им командует кто-то другой, он несчастлив. Поэтому счастье — это когда человек обладает пол-

ной властью, свободой выбора, правами, когда у него нет препятствий, нет повода. Иначе говоря, это свобода выбора и свобода невыбора, свобода быть активным или бездействовать.

Есть определённые вещи, которые мы можем делать, чтобы изменить обстоятельства в свою пользу, например: принимать витамины, чтобы стать сильным, или пить кофе, чтобы взбодриться. Но мы не можем защитить мир от потрясений, избавить его от очередного цунами. Мы можем не допустить, чтобы голубь разбился о лобовое стекло нашего автомобиля. Но мы не можем контролировать других водителей на скоростной автостраде. Большая часть нашей жизни связана с попыткой сделать других людей счастливее, главным образом затем, чтобы нам самим было спокойнее. Нет ничего приятного в том, чтобы жить рядом с человеком, который постоянно хмур. Но мы не можем всё время поддерживать в другом человеке радужное настроение. Мы можем попытаться, и, допустим, иногда это нам будет удаваться, но это потребует от нас приложения огромных сил. Недостаточно в самом начале взаимоотношений один раз сказать: «Я тебя люблю». Вам до самого конца придётся делать всё, что положено: посылать цветы, проявлять знаки внимания. Если вы хоть раз чем-то пренебрежёте, всё пойдёт прахом. А иногда, даже если вы посвящаете своему объекту всё внимание, он может неправильно вас понять, не знать, как принять ваши чувства, или вовсе остаться равнодушным. Молодой человек предвкушает ужин при свечах с девушкой своей мечты, воображая события предстоящей ночи, как он будет ухаживать и очаровывать эту девушку. Но это всего

лишь мечта, предположение. Обоснованное это предположение или необоснованное, оно всегда остаётся только догадкой. На самом деле мы не можем всё время быть стопроцентно готовыми ко всему. Поэтому нашим препятствиям и противникам достаточно всего лишь одного процента времени, чтобы все их злонамеренные козни оказались успешными, — и вот ненужное слово случайно срывается у нас с языка, мы нечаянно выпускаем газы в самый неподходящий момент или всего на миг отворачиваемся от монитора рентгеновского аппарата на пункте досмотра в аэропорту.

Возможно, нам кажется, что не так уж мы и страдаем, а если и страдаем, то страдания эти совсем невелики. Ведь мы не вынуждены жить в трущобах и нам не грозит стать жертвами резни в Руанде. Многие думают: у меня всё в порядке, я дышу, я завтракаю, всё идёт как нельзя лучше — я не страдаю. Но что они имеют в виду? Уверены ли они во всём этом на сто процентов? Они что, перестали ожидать перемен к лучшему? Забыли о подстерегающих опасностях? Если подобное отношение проистекает от подлинной удовлетворённости и оценки того, чем они уже обладают, то о необходимости именно такого взгляда на вещи и учил Сиддхартха. Но на самом деле мы редко демонстрируем подобную удовлетворённость: в нашем уме всегда присутствует свербящее чувство, что нужно сделать что-то ещё, и эта неудовлетворённость ведёт к страданию.

Сиддхартха пришёл к выводу: нужно развивать осознание собственных эмоций. Если вы способны хотя бы немного осознавать эмоции в миг их возникновения, вы ограничиваете их активность,

и они становятся похожими на подростков, за которыми присматривает воспитатель. Вы наблюдаете, и сила Мары уменьшается. Отравленные стрелы не причинили Сиддхартхе вреда, поскольку он понимал, что они — всего лишь иллюзия. Точно так же наши собственные бурные эмоции станут не более опасными, чем лепестки цветов. А когда апсары приблизились к Сиддхартхе, он ясно видел, что они — просто составные явления, подобные огненному кольцу, в результате чего они утратили свои чары. Они не смогли нарушить его покой. Точно так же мы избавляемся от искушения, видя, что объекты нашего желания — это на самом деле просто составные явления.

Если вы начинаете обращать внимание на то, какой вред могут причинить эмоции, в вас развивается осознанность. Если вы обладаете осознанностью — например, вы понимаете, что находитесь на краю пропасти, — вы осознаёте, какая опасность вам грозит. Вы всё равно можете продолжать двигаться вперёд и делать то, что делали: идти по краю обрыва с осознанностью «Уже не так страшно, но даже увлекательно». Истинный источник страха — незнание. Осознанность не подразумевает, что вы больше не живёте: на самом деле с ней ваша жизнь становится куда более наполненной. Если, поднося к губам чашку чая, вы понимаете горечь и сладость всего преходящего, значит, вы по-настоящему наслаждаетесь этой чашкой чая.



## ГЛАВА ТРЕТЬЯ

### **Всё — пустота**

**В**скоре после достижения Сиддхартхой просветления его слова, которые мы называем Дхармой, стали проникать во все слои индийского общества. Дхарма выходила за пределы кастовой системы и была в равной мере притягательна для высокородных и отверженных, для богатых и бедных. В III веке до нашей эры на индийском субконтиненте жил один из величайших правителей древности — царь Ашока, беспощадный воитель и тиран, который без колебаний убил своих близких родственников, чтобы укрепить свою власть. Но даже царь Ашока в конце концов открыл истину Дхармы и стал пацифистом, сторонником мира и ненасилия. Ныне он известен в истории как один из самых влиятельных покровителей буддизма.

Благодаря таким покровителям, как Ашока, Дхарма продолжала расцветать, распространяясь во всех направлениях и выйдя далеко за пределы Индии. В I тысячелетии новой эры, на расстоянии тысячи километров от Бодхгаи, в тибетской деревне Кья Нгаца родился другой обычный человек

с исключительными способностями. После кошмарного детства, обучившись чёрной магии, буйный юноша, дабы отомстить виновникам за страдания его рано овдовевшей матери и её малолетнего сына, убил не один десяток родственников и соседей. Он бежал из дома и в конце концов встретился с крестьянином по имени Марпа, великим учителем Дхармы и переводчиком, который рассказывал о природе бытия и способе жизни, как некогда этому учил Сиддхартха. Юноша преобразился. Один из самых знаменитых святых йогов Тибета, он стал известен под именем Миларепа. Даже сегодня его песни и истории вдохновляют сотни тысяч людей. Наследие его мудрости передавалось через непрерывную линию преемственности учителей и учеников.

Миларепа учил своих последователей, что слова Сиддхартхи непохожи на другие философские учения, которые мы читаем для удовольствия или как пищу для ума, а затем ставим на полку. Мы можем по-настоящему практиковать Дхарму и применять её в повседневной жизни. Среди первого поколения учеников Миларепы был блестящий учёный по имени Речунгпа. Хотя Миларепа говорил ему, что практика, объединённая с жизнью, более важна, чем теоретическое изучение, Речунгпа всё равно отправился в Индию, намереваясь получить классические наставления по философии в одном из величайших буддийских университетов, существовавших в то время. Речунгпа в самом деле прилежно учился у многих индийских учёных и святых. Когда через много лет Речунгпа вернулся в Тибет, его старый учитель Миларепа пошёл встретить его на пустынном плоскогорье.

После того как, обменявшись приветствиями, они некоторое время обсуждали учёбу, вдруг разразилась сильная буря с градом. На открытой равнине спрятаться было некуда. Миларепа заметил на земле полный рог яка и быстро укрылся в нём — при этом рог не увеличился в размерах, а Миларепа не стал меньше. Сидя в этом сухом укрытии, Миларепа пропел песню, сообщая Речунгпе, что в этом ячьем роге осталось ещё много свободного места... если только его ученик понял природу пустоты.

Возможно, вы подумаете, что эта история о Миларепе и ячьем роге — просто волшебная сказка. Или если вы человек доверчивый, то можете счесть, что всё дело в магии, которую применил тибетский йогин. Но, как мы увидим, это тоже не так.

## ПРИВЯЗАННОСТЬ И ПУСТОТЕ

Одержав победу над Марой и его войском, Сиддхартха постиг пустоту как отсутствие независимо - го бытия. Он понял: всё, что мы видим, слышим, ощущаем, представляем и знаем как существующее, — просто пустота, которой мы приписываем некую «подлинность». Такое навешивание ярлыков или восприятие мира как истинного объясняется сильной индивидуальной и коллективной привычкой — так делаем мы все. Сила привычки столь велика, а представление о пустоте столь малопривлекательно для нас, что очень немногие преисполнены желанием добиваться обретения постижения подобно Сиддхартхе. Вместо того мы блуждаем, словно путники, потерявшиеся в пустыне, которые

видят вдали цветущий оазис. На самом деле этот оазис — просто отражение марева на песке, но отчаяние, жажда и надежда заставляют путешественника видеть в нём воду. Из последних сил добравшись туда, путник обнаруживает, что это только пустой мираж, и его переполняет горькое разочарование.

Хотя мы и не считаем себя пребывающими в столь же отчаянном положении и полагаем, что мы образованны и находимся в трезвом уме и твёрдой памяти, но если мы видим и ощущаем всё как истинно существующее, то мы ведём себя подобно тому человеку в пустыне. Мы стремимся найти подлинную дружбу, безопасность, признание и успех или просто мир и покой. Нам даже, возможно, удастся обрести некое подобие того, чего мы так страстно желаем. Но если мы зависим от внешних обстоятельств, то, как и того путника, в конце концов нас ждёт разочарование. Вещи не таковы, какими кажутся: они непостоянны, и не в наших силах всецело контролировать происходящее.

Если мы действительно глубоко проанализируем положение вещей, как это делал Сиддхартха, то обнаружим, что такие ярлыки, как «форма», «время», «пространство», «направление» и «размер», довольно легко устранить. Сиддхартха понял, что даже «я» существует только на относительном уровне, точно так же как мираж в пустыне. Его постижение остановило для него круговорот ожиданий, разочарований и страдания. В миг своего освобождения он подумал: «Я нашёл путь, который глубок, полон покоя, ясен, свободен от крайностей, исполняет желания и подобен животворящему нектару. Но если я попытаюсь его выразить,

если я попробую ему учить, никто не будет способен слушать, услышать и понять. А потому я останусь в лесу, сохраняя это состояние покоя». Считается, что, узнав об этом намерении Сиддхартхи, боги Индра и Брахма явились перед ним и просили не уединяться в лесу, а учить ради блага других существ. «Даже если не каждый услышавший поймёт все твои учения, — сказали они, — будут и те немногие, которые смогут их понять. И помочь хотя бы этим немногим — достойная задача».

Уважая их желания, Сиддхартха отправился в город Варанаси, который даже в те дни был крупным духовным и культурным центром Древней Индии, где у реки Ганг собрались интеллектуалы и мыслители. Когда Сиддхартха прибыл в Сарнатх, что близ Варанаси, он повстречал своих бывших собратьев - аскетов, давным - давно оставивших его, когда он нарушил свои обеты, выпив молока, поднесённого Суджатой. Завидев приближающегося Сиддхартху, они быстро сговорились не обращать на него внимания: они не станут с ним здороваться, не говоря уж о том, чтобы вставать и низко кланяться. «Вот идёт этот обманщик», — усмехнулись они. Но для того, кто постиг пустоту, как это сделал Сиддхартха, такие понятия, как похвала или осуждение, почёт или презрение, хорошее и плохое, не имеют ни малейшего смысла. Это всего лишь ничего не значащие слова, а потому нет нужды реагировать на них так, как если бы они были чем-то реальным и значимым. Вот почему Сиддхартха приближался, с умом, начисто лишённым какого-либо тщеславия, сомнения или гордыни. Поступь Сиддхартхи, который ничуть не выглядел смущённым, была так величественна, что пять отшельни-

ков невольно встали при его приближении. Так что свою первую проповедь Сиддхартха произнёс именно тогда и там, а его первыми учениками стали бывшие собратья-аскеты.

## НАША ОГРАНИЧЕННАЯ ЛОГИКА

Сиддхартха вполне обоснованно полагал, что проповедь его учения будет отнюдь не лёгкой задачей. В мире, где царят алчность, гордыня и косный материализм, трудно учить даже таким начальным принципам, как любовь, сострадание и благотворительность, не говоря уж об абсолютной истине пустоты всего сущего. Мы держимся за своё близорукое мышление и ограничены рамками мирского прагматизма. Чтобы мы сочли что-то достойным наших затрат времени и сил, оно должно быть осязаемым и приносить немедленную пользу. Согласно этим критериям, пустота, как её определил Будда, кажется нам совершенно бесполезной. Мы можем подумать: «Какая польза от размышления о непостоянстве и пустоте мира явлений? Какая мне выгода от пустоты?»

При нашей ограниченной логике мы имеем ряд определений того, что имеет смысл и что бессмысленно, и пустота не входит в эти рамки. Получается, что идея о пустоте попросту не помещается в наши головы. Это объясняется тем, что человеческий ум действует на основе одной неадекватной системы логики, хотя в нашем распоряжении имеется бесчисленное количество иных логических систем. Мы действуем так, будто ты-

сячи лет истории предшествовало этому моменту, а если бы кто-то сказал нам, что вся человеческая эволюция прошла за то время, которое потребовалось нам, чтобы сделать глоток кофе, мы не смогли бы этого понять. Точно так же, когда в буддийских учениях мы читаем, что один день в аду равен пяти сотням лет, мы считаем, что в религии эти цифры нужны просто для того, чтобы запугать паству и сделать людей покорными. Но представьте, что вы отдыхаете неделю со своей дорогой возлюбленной, — это время пролетает стремительно и длится не дольше щелчка пальцами. С другой стороны, одна ночь в тюрьме, проведённая в компании буйного насильника, покажется вам вечностью. Если смотреть с этой точки зрения, наше представление о времени уже не будет казаться таким уж устойчивым.

Некоторые из нас могут допустить в свою систему мышления небольшую долю неведомого, оставляя какое-то место для таких явлений, как ясновидение, интуиция, привидения, родственные души и т. д., но по большей части мы опираемся на «чёрно-белую», научно обоснованную логику. Горстка так называемых одарённых людей может отважиться или ухитриться выйти за пределы условностей, и, пока их взгляды не слишком шокирующие, возможно, они сумеют привлечь к себе внимание, как, например, художник Сальвадор Дали. Также есть немногие знаменитые йогины, которые сознательно ступают за рамки общепринятых норм и почитаются как «божественные безумцы». Но если вы действительно заходите слишком далеко за принятые границы, если вы полностью захвачены идеей пустоты, вас вполне могут

принять за человека ненормального, неадекватного или попросту сумасшедшего.

Однако Сиддхартха отнюдь не был человеком неразумным. Он просто утверждал, что обычное рациональное мышление ограничено. Мы не можем или не хотим понять то, что находится вне зоны нашего комфорта. Гораздо более удобно иметь дело с линейными понятиями: «вчера», «сегодня», «завтра», чем говорить: «время относительно». Мы попросту не запрограммированы думать, что способны поместиться в ячьем роге, не изменяясь в размерах и не принимая иную форму. Мы не можем сломать свои представления о большем и малом. Вместо этого мы постоянно ограничиваем себя своей сковывающе узкой, но «надёжной» точкой зрения, доставшейся нам по наследству от предшествующих поколений. Однако при ближайшем рассмотрении эта точка зрения не выдерживает никакой критики. Например, представление о линейном времени, на котором зиждется современный мир, не объясняет тот факт, что у времени нет ни истинного начала, ни конца.

Используя это рациональное объяснение, которое в лучшем случае неточно, мы определяем, или помечаем, вещи как «истинно существующие». В этом процессе подтверждения подлинности окружающей нас реальности главную роль играют функция, непрерывность и общее мнение. Мы считаем: если что-то способно выполнять некую функцию — например, ваша рука функционирует, держа эту книгу, — то оно должно существовать как нечто постоянное, абсолютное и достоверное явление. Изображение руки неспособно выполнить аналогичную функцию, а потому мы знаем, что это



не настоящая рука. Точно также, если что-то, как нам кажется, обладает качеством непрерывности — например, если мы видели гору вчера и она осталась там же сегодня, — мы ощущаем уверенность в том, что она «реальна» и останется на том же месте завтра и послезавтра. И если другие люди подтверждают, что видят то же самое, что видим мы, у нас появляется ещё более твёрдая уверенность, что эти вещи действительно существуют.

Разумеется, мы не намеренно занимаемся обоснованием, утверждая и отмечая ярлыками истинное существование вещей: вот это истинно существующая книга в моих истинно существующих руках, но подсознательно мы действуем в полной уверенности, что мир существует как нечто незыблемое, и это воздействует на образ наших мыслей и чувств каждое мгновение каждого дня. Только в тех редких случаях, когда мы смотрим в зеркало или видим мираж, мы действительно осознаём, что некоторые вещи — лишь кажущиеся видимости. В зеркале нет плоти и крови, а в мираже — воды. Мы «знаем», что отражения в зеркале нереальны, что они лишены независимого бытия. Такое понимание может дать нам возможность заглянуть немного глубже, но мы заходим не дальше, чем нам разрешает наш рациональный ум.

Когда нам предлагают представить, как человек умещается в ячьем роге, не меняясь в размерах, у нас остаётся небольшой выбор. Мы можем быть «рациональными» и заявить о неправдоподобности этой истории. Или же мы можем подойти к ней с мистической верой в колдовство или со слепой верой и сказать: «Да, Миларепа был воистину великим йогиним! Конечно же, он был спо-

собен и не на такое!» В любом случае наша точка зрения неверна, потому что отрицание — разновидность недооценки, а слепая вера — разновидность переоценки.

### ВЧЕРАШНЯЯ РЕКА: ПРИМЕНЕНИЕ НЕПОЛНОЙ ЛОГИКИ

Благодаря неустанному размышлению Сиддхартха ясно увидел изъяны в этих общепринятых формах оценки, рационалистического обоснования и навешивания ярлыков. Конечно же, в некотором роде всё это приносит пользу: ведь наш мир живёт по этим общим правилам. Если мы, люди, говорим о том, что истинно и подлинно существует, то характеризуем его как нечто определённое, не воображаемое, реальное, доказуемое, неизменное и необусловленное. Разумеется, мы говорим, что некоторые вещи изменяются. Бутон становится цветком, а мы, несмотря на его перемены, продолжаем думать о нём как об истинно существующем. Рост и перемены — часть нашего твёрдого представления о природе цветка. Мы удивились бы гораздо больше, если бы он стал неизменным. Так что в этом смысле наши ожидания изменений неизменны.

Река, несущая прохладные воды, постоянно меняется, а мы продолжаем называть её рекой. Придя на её берег через год, мы считаем, что это та же самая река. Но как она может быть той же самой? Если мы выделим один аспект или качество, это тождество рушится. Вода другая; Земля, вращающаяся и перемещающаяся в галактике, находится в

другом месте; листья опали и сменились другими. Всё, что осталось, — это видимость этой реки, похожая на ту, которую мы видели тогда. «Видимость» — довольно неустойчивая основа для «истины». Путём простого анализа мы обнаруживаем, что подпорками нашей условной реальности служат весьма расплывчатые обобщения и предположения. Хотя Сиддхартха использовал слова, похожие на те, которыми обычные люди определяют «истину», — не воображаемая, определённая, неизменная, необусловленная, — он употреблял их как точные термины, а не как общие слова. По его мнению, «неизменное» должно обозначать то, что неизменно во всех измерениях без исключения, даже при самом тщательном и скрупулёзном анализе.

Наше обычное определение «истины» — это результат неполного анализа. Если анализ приводит к удовлетворяющему нас ответу, если он даёт нам то, чего мы хотим, мы не выходим за его рамки: «Это действительно сэндвич? На вкус он похож на сэндвич, и я буду его есть». На этом наш анализ заканчивается. Парень ищет себе подругу, он видит девушку, она красивая, и он перестаёт анализировать и подходит к ней. Анализ Сиддхартхи идёт всё дальше и дальше, пока сэндвич и девушка не будут разложены на атомы, а потом и атомы перестанут быть пределом для такого анализа. Не найдя в конечном итоге ничего, Сиддхартха был далёк от разочарования.

Сиддхартха обнаружил, что единственный способ определить что-то как истинно существующее — это доказать, что оно существует само по себе и свободно от толкования, придумывания и перемен. Под это данное Сиддхартхой определе-

ние не подпадает ни одна из кажущихся действительными схем и механизмов повседневной жизни — физических, эмоциональных или умозрительных. Все они состоят из неустойчивых, непостоянных частей. А потому всё время изменяются. Мы можем понять это утверждение применительно к обычному миру. Например, можно сказать, что ваше отражение в зеркале не является истинно существующим, поскольку появляется в зависимости от того, стоите вы перед зеркалом или нет. Будь оно независимым, оно имело бы место даже при условии отсутствия вашего лица. Точно так же ни одна вещь не существует истинно, вне зависимости от бесчётного множества причин и условий.

Когда мы смотрим на огненное кольцо, нам трудно понять условия его появления. Мы признаём, что, пока все составляющие взаимодействуют, огненное кольцо действительно существует... в данный момент. Но почему мы не можем рассуждать точно так же о книге, которую держим в руке, или о кровати, на которой лежим? Этот предмет выглядит как книга, другие тоже видят в нём книгу, он служит книгой. Но когда вы начинаете эту книгу анализировать, к ней тоже применим принцип «в данный момент». Всё, что мы воспринимаем в течение жизни, пребывает «в данный момент». Вещи существуют лишь на какой-то момент, только мы не отваживаемся или не желаем рассматривать их подобным образом. А поскольку нам недостаёт мудрости видеть вещи, разбирая их на составные части, нас устраивает смотреть на них как на целое. Если у павлина выщипать все перья, мы уже не будем замирать перед ним в восхищении. Но мы не должны стремиться воспринимать мир именно

таким образом. Это всё равно что, нежась в постели, смотреть сладкий сон, слегка осознавая, что спишь, и не желая просыпаться. Или, например, когда, видя красивую радугу, вы не хотите подойти ближе, чтобы она не исчезла. Иметь мужество проснуться и заняться исследованием — именно это буддисты называют отречением. В противоположность распространённому представлению буддийское отречение — это не самобичевание и не суровый аскетизм. Сиддхартха желал и был способен видеть, что всё наше бытие — просто ярлыки, навешанные на явления, которые не существуют истинно, и именно благодаря этому он достиг духовного пробуждения.

## БУДДА НЕ БЫЛ МАЗОХИСТОМ

Многие люди, имея лишь смутное представление о том, чему учил Будда, считают, что буддизм — это какое-то извращение, что буддисты отрицают счастье и думают только о страдании. Они полагают, что буддисты избегают красоты и физических удовольствий, потому что всё это — искушения. Предполагается, что буддисты должны быть целомудренными и исповедовать воздержание. На самом деле в учениях Сиддхартхи предубеждений против красоты и наслаждения отнюдь не больше, чем против других представлений, — ведь мы не считаем, что такие вещи реально существуют.

У Сиддхартхи был один ученик-мирянин, воин по имени Манджушри, известный своими хитроумными выдумками и умением вводить в заблуж-

дение других. Среди других учеников был очень прилежный и уважаемый монах, славившийся своей практикой «медитации на уродстве», одного из методов, предназначенных для тех, кто склонен поддаваться вожделению и страстен по натуре. Эта медитация заключается в том, что нужно представлять всех живых существ как совокупность жил, хрящей, кишок и тому подобного. Манджушри решил, прибегнув к своим сверхъестественным способностям, испытать прилежного монаха. Он превратился в прекрасную апсару и явился перед монахом, чтобы искушать его. Некоторое время добродетельный монах оставался невозмутим и не поддавался искушению. Но Манджушри принял такой неодолимо чарующий облик, что монах стал поддаваться его чарам. Он был искренне удивлён, потому что за многие годы медитации ему удавалось хранить бесстрашие в присутствии самых красивых женщин. Поражённый и разочарованный самим собой, монах решил спастись бегством. Но Манджушри в облике апсары преследовал его до тех пор, пока обессиленный монах не рухнул на землю. Когда соблазнительница стала приближаться к нему, он подумал: «Ну вот, теперь эта красавица станет меня обнимать!» Он крепко зажмурился и стал ждать, но ничего не происходило. Когда он наконец открыл глаза, апсара растаяла и его взору явился Манджушри, который сказал, смеясь: «Думать, что кто-то красив, — это лишь концепция, умозрительное представление. Привязанность к этому представлению сковывает тебя, поработывает и лишает свободы. Но если ты думаешь, что кто-то уродлив, это тоже умозрительное представление и оно тоже поработает тебя».

Каждый год *мы* тратим огромные суммы денег на то, чтобы добавить привлекательности себе и тому, что нас окружает. Но что такое красота? Мы можем сказать, что она — в глазах смотрящего, однако миллионы людей включают программу, где показывают конкурс красоты на звание «мисс Вселенная», чтобы им сказали, кто во всей Вселенной, по мнению жюри, самая красивая женщина. Предполагается, что эти десять человек дают нам неоспоримое определение красоты. Конечно, всегда будут несогласные с мнением жюри, если учитывать тот факт, что на конкурс не приглашают упитанных красавиц из Папуа-Новой Гвинеи и грациозных женщин из африканского племени, которые носят кольца на своих вытянутых шеях.

Если бы Сиддхартха присутствовал на шоу, где выбирают «мисс Вселенную», он имел *бы в* виду совсем другой тип высшей красоты. Для его взора та, что получает корону, не могла бы воплощать абсолютную красоту, потому что её красота зависит от смотрящего на неё. Поскольку определение «абсолютного» для Сиддхартхи требует независимости от всех условий, победительнице не нужно было бы такого внешнего условия, как конкурс, потому что все в мире сами собой согласились бы с тем, что она обладает абсолютной красотой. Если же она поистине красива, в принципе не может существовать такого момента, когда она «чутьочку не так красива». Она должна быть красива, когда зевает, храпит во сне, когда слюни текут у неё изо рта, когда она справляет нужду или превращается в дряхлую старуху, — всё время.

Вместо того чтобы считать одну из конкурсанток более или менее красивой, чем другие, Сиддхартха

видел бы пустоту: то, что все женщины свободны от уродливости и красоты. Красота, которую он видит, пребывает в сотнях миллионов ракурсов, в которых можно рассматривать каждую из конкурсанток. Если взять всё изобилие точек зрения во вселенной, то кто-то будет смотреть на эту женщину с ревностью, для кого-то она — возлюбленная, дочь, сестра, мать, друг, соперница. Для крокодила она — корм, а для паразита — среда обитания. Для Сиддхартхи вся эта вереница сама по себе удивительно прекрасна. Будь хоть одна из этой череды красавиц истинно и безупречно прекрасной, ей пришлось бы застыть в этом состоянии красоты на веки вечные. Ей не понадобились бы никакие наряды и купальники, освещение и губная помада. Тем не менее феерический парад конкурсанток продолжается, и теперь, *здесь и сейчас*, зрелище это столь же прекрасно и захватывающе, как наше старое составное и непостоянное огненное кольцо.

#### ОТНОСИТЕЛЬНАЯ ИСТИНА: «НЕЧТО», СУЩЕСТВУЮЩЕЕ «НЕКИМ ОБРАЗОМ»

Согласно буддийской философии, всё, что воспринимает ум, не существует до тех пор, пока сознание его не воспримет: оно зависит от ума. Оно не существует независимо, а потому не существует истинно. *Дело* не в том, что чего-то не существует. Буддисты называют воспринимаемый мир *относительной истиной* — истиной, которую измеряет и оценивает наш обычный ум. Чтобы определить истину как абсолютную, она должна быть «непри-



думанной» — не являться плодом воображения, но должна быть независимой от чьих-то толкований и интерпретаций.

Хотя Сиддхартха постиг пустоту, пустота не была выдумана им или кем-то ещё. Пустота — не результат его открытия и не теория, разработанная им, с тем чтобы помочь людям стать счастливыми. Учил бы Сиддхартха пустоте или нет, она всегда была пустотой, как бы парадоксально ни звучали слова о том, что пустота была всегда, — ведь она существует вне времени и лишена формы. Пустоту не следует толковать и как отрицание бытия — то есть мы не можем сказать, что не существует и наш относительный мир, ведь, отрицая что-то, сначала нужно признать наличие того, что подлежит отрицанию. Пустота не перечёркивает наше повседневное восприятие. Сиддхартха никогда не говорил, будто вместо того, что мы воспринимаем, существует нечто более впечатляющее, более хорошее, чистое или более Божественное. Не был он и нигилистом, отрицающим внешние проявления или функционирование мирского бытия. Он не говорил, что нет такого явления, как радуга или чашка чая. Мы можем наслаждаться своими впечатлениями и переживаниями, но одно лишь наше восприятие чего бы то ни было не может означать, что явление это истинно существует. Сиддхартха просто предлагает нам непредвзято исследовать собственное восприятие, задумавшись, а не является ли оно всего лишь мимолётной иллюзией, подобной некому видению, сну наяву.

Если вам предложат взмахнуть руками и полететь, вы скажете: «Я не могу», потому что наше восприятие относительного мира таково, что фи-

зической возможностью летать вы обладаете не в большей степени, чем способностью спрятаться в ячьем роге. Но допустим, вы спите и видите сон, что летаете по небу. Если во сне вам скажут: «Люди не умеют летать», вы ответите: «Да? А я умею — видишь?» — и улетите. Сиддхартха согласился бы с обоими вариантами: вы не умеете летать наяву и умеете летать во сне. Всё зависит от сошедшихся или не сошедшихся причин и условий; условие, необходимое для вас, чтобы вы могли летать, — сон. Без этого условия вы не можете летать, а с ним — можете. Если вам снится, что вы летаете, и вы продолжаете верить, что можете летать и после пробуждения, это уже сложный случай. Вы попробуете, упадёте и будете разочарованы. Сиддхартха говорит, что в относительном мире, даже проснувшись, мы остаёмся во сне неведения, как те дворцовые куртизанки в ночь его бегства из прежнего существования. Когда сходятся нужные причины и условия, всё может появиться. Но когда эти условия исчерпываются, проявление видимостей прекращается.

Рассматривая наше восприятие в этом мире как сновидение, Сиддхартха обнаружил, что привычка держаться за обычную видимость нашего подобного сну относительного мира, полагая, что он истинно существует, ввергает нас в бесконечный круговорот страданий и тревог. Мы находимся в глубокой спячке, будто шелковичный червь в своём коконе. Мы свили вокруг себя реальность, основанную на собственных идеях и представлениях, фантазиях, надеждах, страхах и заблуждениях. Наш кокон стал очень прочным и весьма детально проработанным. Плоды нашего воображения ка-

жутся нам настолько реальными, что мы остаемся в плену этого кокона. Но мы можем освободиться из этого плена, просто поняв, что всё это целиком наше воображение.

В природе существует бесчисленное множество способов пробудиться от этого сна. Даже такие вещества, как пейот и мескалин, могут дать нам смутное представление об иллюзорной стороне «реальности». Однако наркотики не могут дать полного пробуждения хотя бы только потому, что такое пробуждение зависит от посторонней химической субстанции, и, когда действие мескалина заканчивается, прекращается и наше переживание. Предположим, вы увидели очень тяжёлый сон. В этом случае требуется всего лишь проблеск понимания, что вы спите, — и вы проснётесь. Эта вспышка может возникнуть в самом сновидении. Когда во сне вы делаете что-то необычное, вы можете вдруг понять, что видите сон. Пейот и мескалин могут дать искру кратковременного прозрения, раскрыв силу нашего ума и воображения. Галлюцинации помогают на краткий миг осознать, насколько осязаемыми и правдоподобными могут быть иллюзии. Однако употребление таких веществ совершенно нежелательно, потому что они дают всего лишь искусственное переживание, которое на самом деле может быть вредным для здоровья. Вместо этого необходимо породить в себе стремление пробудиться раз и навсегда, не опираясь при этом ни на какие внешние воздействия и стимулирующие факторы. Гораздо больше пользы, если постижение наше приходит изнутри. Что нам по-настоящему нужно, так это пробудиться от своих привычных стереотипов,

фантазий и ненасытной алчности. Упражнение ума и медитация — самый быстрый, самый безопасный и действенный способ внутренней работы с потоком собственного сознания. Как сказал Сиддхартха, «ты сам себе учитель».

### «ЭТО ПРИВЯЗАННОСТЬ ПОРАБОЩАЕТ ТЕБЯ»

Сиддхартха вполне понимал, что в относительном мире можно приготовить чашку изысканного улунского чая и с удовольствием выпить её; он не говорил: «Чая не существует» или «Чай — это пустота». Если уж ему нужно было бы что-то сказать, это могло быть предположение о том, что чай не таков, каким кажется, например: чай — это сухие листочки, заваренные в горячей воде и размякшие. Однако некоторые фанатичные любители чая, увлечённые этими листьями и составлением из них особых смесей, создают такие марки, как «Железный дракон», и продают по сотне долларов за небольшую пачку. ДЛЯ них это не просто лист в воде. Именно поэтому спустя пятьсот лет после проповедей Сиддхартхи один из продолжателей его Дхармы, которого звали Тилопа, сказал своему ученику Наропе: «Не видимости тебя поработают, а твоя привязанность к ним»..

Жила-была на свете красивая монахиня по имени Утпала. Один влюблённый в неё мужчина не давал ей проходу. Его преследования досаждали ей, и она старалась его всячески избегать, но ничего не помогало. Наконец в один прекрасный

день, к его полному изумлению, монахиня подошла к нему и стала лицом к лицу. Не находя слов, он выпалил, что любит её глаза. Тогда она без колебаний вырвала свои глаза и протянула ему. Потрясённый, он понял, насколько легко человек становится одержим собранием отдельных частей. Оправившись от потрясения и ужаса, он стал учеником этой монахини.

В другой буддийской притче рассказывается о двух странствующих дзэнских монахах. Они собирались переправиться через реку, когда появившаяся невесть откуда молодая женщина попросила их перенести её через бурный поток. Оба монаха соблюдали высокие обеты безупречной нравственности, и им не позволялось прикасаться к женщинам, однако, недолго думая, старший монах подхватил женщину себе на спину и перенёс через реку. На другом берегу он опустил её на землю и без лишних слов пошёл дальше. Спустя несколько часов пути молодой монах вдруг воскликнул: «Разве мы не монахи? Почему ты нёс эту женщину?»

Старший монах ответил: «Я давно уж её оставил. А почему ты всё несёшь её и никак не можешь с ней расстаться?»

В миг ясности *мы* способны постичь пустоту отвлечённых понятий, таких как красота или уродливость, — ведь они достаточно понятны, — но нам гораздо труднее осознать пустоту таких конкретных вещей, как автомобиль, который требует ремонта, счёт, который требует оплаты, опасное для здоровья высокое кровяное давление, семья, которая нас поддерживает или сама нуждается в нашей поддержке и заботе. Вполне объяснимо, что мы не желаем и не способны смотреть на эти вещи как на

иллюзии. Гораздо более нелепо, когда мы гоняемся за всякими причудами вроде высокой моды, изысканной кухни, известности и членства в элитных клубах. Есть немало людей, настолько избалованных, что иметь телевизор в каждой комнате или две сотни пар обуви кажется им настоящей необходимостью. Страстное желание приобрести ещё одну пару кроссовок Nike в спортивном магазине или костюм от Джорджио Армани в шикарном бутике далеко от естественной потребности в том, что жизненно необходимо. Бывает, в магазинах даже случаются драки из-за дамских сумочек. Такие составные явления, как искусство упаковки товара и иные маркетинговые технологии, настолько хорошо продуманны и эффективны, что мы становимся рабами фирменных этикеток и брендов, спокойно воспринимая нелепые и шокирующие ценники, совершенно не соответствующие фактической стоимости изделия.

Поскольку большинство людей присоединяются к той точке зрения, что эти вещи имеют ценность, то заботящейся о своём имидже поклоннице кожгалантереи от Луи Вуиттона трудно понять, что её одержимость сумочкой из натуральной кожи лишена сущности, не говоря уже о том, что лишена сущности и сама эта сумочка. Подкрепляемое общественным мнением представление о важности буржуазного статуса и «правильных» этикеток становится ещё более прочным в нашем уме, что делает наш мир ещё более искусственным.

В дополнение к тому, что нами манипулируют сборщики всевозможных платежей и гении маркетинга, за наше сознание борются различные политические системы — демократия и коммунизм, аб-

страктные понятия — индивидуальные права и свободы человека, нравственные позиции — недопустимость абортов и борьба за легализацию эвтаназии, или «права умереть». Мир политики полон подобных ярлыков, а вероятность истинного, мудрого лидерства ничтожно мала и стремится к нулю. Люди экспериментировали с различными системами правления и администрирования, и каждый из них имеет определённые преимущества, однако множество людей при этом продолжает страдать. Возможно, встречаются политики по-настоящему честные, но, чтобы выиграть выборы, они должны обозначить себя как сторонники прав сексуальных меньшинств или противники прав сексуальных меньшинств, даже если у них нет особого пристрастия к этому вопросу. Чтобы ужиться в этом так называемом демократическом мире, мы чаще всего против своей воли уступаем мнению большинства, даже если его позиция абсурдна.

Давным-давно в одной засушливой стране почтенный прорицатель предсказал, что через семь дней наконец пойдёт дождь. Его предсказание оказалось верным, и вся страна возрадовалась. Потом он предсказал дождь из драгоценностей, и снова его предсказание оправдалось. Народ разбогател и был очень счастлив. Следующее предсказание заключалось в том, что через семь дней пойдёт ещё один дождь — колдовской и всякий, кто напьётся этой воды, сойдёт с ума. Царь приказал свите запастись огромным количеством хорошей воды, чтобы не пришлось пить заколдованную дождевую воду. Но у его подданных не было возможности хранить столько воды. Когда пошёл дождь, они стали пить эту воду и сошли с ума. Только царь оставался в

здравом уме, но он не смог управлять своими сумасшедшими подданными, а потому прибег к последнему средству — тоже напился колдовской воды. Чтобы управлять людьми, ему нужно было разделить с ними их безумие.

Как и на конкурсе на звание «мисс Вселенная», всё на этом свете, то, что мы делаем или о чём думаем, основано на весьма ограниченной системе общепринятой логики. Мы придаём консенсусу слишком большое значение. Если большинство считает что-то верным, то обычно это становится общепризнанным. Глядя на маленький пруд, мы, люди, видим просто пруд, но для рыб, водящихся в этом пруде, он — их вселенная. Если мы занимаем демократическую позицию, то водные обитатели должны взять верх, потому что их намного больше, чем нас, тех, кто смотрит на пруд. Правило большинства не всегда справедливо. Ужасные фильмы-блокбастеры могут собирать огромные деньги, а чудесный независимый фильм посмотрит только горстка людей. А поскольку мы опираемся на групповое мышление, миром зачастую правят самые недалёковидные и безнравственные политики — ведь демократия апеллирует к наименьшему общему знаменателю.

**ИСТИНА: НЕ ВЫДУМКА, НЕ МАГИЯ,  
НЕ СМЕРТЬ**

Нам, чьим умом владеет прагматизм, трудно понять пустоту. Вот почему историю о том, как Миларепа нашёл убежище в ячьем роге, почти всегда



воспринимают как сказку. Она не может уместиться в нашем мелком мозгу, как океан не может уместиться в колодце. Жила-была в колодце лягушка. Однажды ей повстречалась лягушка с берега океана. Она рассказывала своей новой знакомой невероятные истории о своём океане и расхваливала его необъятность. Но лягушка из колодца не могла ей поверить: она считала, что её колодец — самый большой и самый сказочный в мире водоём, потому что ей просто не с чем было его сравнить и у неё не было ни опыта, ни оснований думать иначе. Тогда океанская лягушка взяла колодезную с собой прогуляться на океан. Увидев безбрежный простор океана, та умерла от разрыва сердца.

Не следует, однако, думать, что духовное постижение обязательно заканчивается летальным исходом. Нам вовсе не нужно уподобляться той колодезной лягушке, падая замертво, когда нам покажут пустоту. Будь у океанской лягушки чуть больше сострадания и опыта, она могла бы стать лучшим проводником и колодезная лягушка осталась бы жива. Возможно, в конце концов она переселилась бы на берег океана. Для понимания пустоты не обязательно быть сверхъестественно одарёнными. Чтобы увидеть вещи как совокупности, состоящие из множества составных частей и объединённые скрытыми причинами и условиями, достаточно желания и соответствующей подготовки. Обретя такое понимание, человек ощущает себя как сценарист или помощник оператора, который пришёл на сеанс в кино. Профессионалы видят больше, чем видим мы. Они видят, как была расположена камера, какие применялись линзы и осветительные приборы, как с помощью компьютерной

анимации создавались картина толпы и все прочие кинематографические приёмы, о которых зрители и не подозревают, а потому для специалистов покров иллюзии прозрачен. Тем не менее, смотря кино, они также могут получать от этого огромное удовольствие. Таков пример этого «трансцендентального юмора» Сиддхартхи.

## ЭМОЦИЯ - ГАЛСТУК И АРКАН

Классический буддийский пример, используемый для пояснения пустоты, — змея и верёвка. Допустим, есть трусоватый человек по имени Джек, который панически боится змей. Вот Джек идёт по слабо освещенной комнате, видит в углу свисшую змею и страшно пугается. На самом деле это полосатый галстук от Джорджио Армани, но, объятый ужасом, Джек настолько уверен в реальности того, что видит, что может даже умереть от испуга. Причиной его смерти станет несуществующая змея. Пока Джек находится под впечатлением, что перед ним змея, страдание и тревога, которые он испытывает, и есть то, что буддисты называют сансарой, и эта сансара — нечто вроде ловушки, в которую попадает ум. К счастью для Джека, в комнату входит его подруга Джил. Джил спокойна, разумна и понимает, что Джек вообразил себе, будто видит змею. Она может включить свет и объяснить, что никакой змеи нет, что на самом деле это всего лишь галстук. Когда Джек убеждается, что он в безопасности, его чувство облегчения и есть то, что буддисты называют нирваной, — это рас-

крепощение и свобода. Но облегчение, испытанное Джеком, основано на устранении его ошибочного представления о наличии опасности, хотя с самого начала не существовало ни змеи, ни какой-то иной причины для его страдания.

Важно понять, что, включив свет и показав отсутствие змеи, Джил тем самым также говорит о том, что нет и отсутствия змеи. Иными словами, она не может сказать: «Змеи уже нет», потому что там её никогда и не было. Джил не сделала так, чтобы змея исчезла, как и Сиддхартха не создал пустоту. Вот почему Сиддхартха настойчиво повторял, что не может мановением руки устранить страдания других людей. Его собственное освобождение тоже не было даровано или пожаловано, как некая награда. Единственное, что мог сделать Сиддхартха, — это на основе собственного опыта объяснить, что никакого страдания нет, то есть зажечь для нас свет.

Обнаружив Джека оцепеневшим от ужаса, Джил могла поступить по-разному. Она могла прямо показать, что змеи нет, а могла применить некий искусный метод — выпроваживание змеи из комнаты. Но если бы Джек был настолько напуган, что даже при свете не сумел бы отличить змею от галстука, а действия Джил были бы неумелыми, то её вмешательство только ухудшило бы ситуацию. Так, если бы она помахала галстуком перед лицом Джека, он бы мог умереть от остановки сердца. Однако если Джил действует искусно и видит, что Джек галлюцинирует, она может сказать: «Да, я вижу змею» — и осторожно вынести галстук из комнаты, чтобы в этот момент Джек почувствовал себя в безопасности. Потом, когда он расслабит-

ся, его можно будет мягко подвести к тому, чтобы он понял: змеи не было и в помине.

ЕСЛИ бы Джек вообще не входил в комнату и не было этого недоразумения, то и весь сценарий — мерещилась змея или не мерещилась — был бы аннулирован. Но поскольку Джек увидел «змею» и стал участником развития событий, поскольку он онемел от страха, ему требуется средство избавления. Дхарму иногда называют святым путём, хотя, строго говоря, в буддизме нет как таковой концепции святости или божественности. Путь — это метод, средство, которое ведёт нас из одного места в другое; в данном случае путь ведёт нас от неведения к отсутствию неведения. Мы используем слова «святой» или «священный» потому, что мудрость Дхармы может избавить нас от страха и страдания, а роль эта обычно отводится некоему божеству.

Наша повседневная жизнь полна неопределённости, случайных радостей, тревог и эмоций, которые сжимают нас в своих кольцах, будто змеи. Наши надежды, страхи, честолюбивые устремления и общая истерия создают тьму и тени, благодаря которым иллюзия змеи становится ещё более яркой и отчётливой. Как трусливый Джек, мы ищем выход во всех углах затемнённой комнаты. Единственная цель учения Сиддхартхи — помочь таким трусам, как мы, понять, что наши страдание и безумие коренятся в иллюзиях.

Хотя Сиддхартха не мог уничтожить страдание взмахом волшебной палочки или с помощью некоей Божественной силы, он действовал мастерски, когда понадобилось включить свет. Он дал много путей и методов, позволяющих обнаружить истину. На самом деле в буддизме можно следо-

вать десяткам тысяч путей. Но почему, спросите вы, не упростить дело, сведя их все в один метод? Дело в том, что, подобно тому как при разных болезнях требуются разные лекарства, так и для людей разных традиций, культур и склада ума необходимы разные методы. Какому из них следовать, зависит от состояния ума ученика и от мастерства учителя. Вместо того чтобы с самого начала ошеломлять каждого слушателя наставлениями о пустоте, Сиддхартха учил основную массу своих последователей таким распространённым методам, как медитация и правила поведения: «Творите добро, не берите чужого, не лгите». Он предлагал им разные уровни отречения и аскетизма: от бритья головы до воздержания от мяса, в зависимости от характера ученика. Пути с ярко выраженными элементами религиозности и дисциплины хорошо подходят для тех, кто поначалу не способен слышать о пустоте или постичь, а также для тех, кто по характеру склонен к аскетизму.

#### **СТИЛЬ УЧЕНИЯ БУДДЫ: ДХАРМА КАК ПЛАЦЕБО**

Некоторые считают, что строгие правила и добродетельное поведение и есть сущность буддизма, но это лишь небольшая составная часть искусных и обильных методов, преподанных Буддой. Он знал, что не каждый способен с самого начала понять высшие истины. Многим из нас трудно переварить такие положения, как «ад — это просто восприятие нами собственной агрессивности», не говоря

уже о том, чтобы воспринять представление о пустоте. Будда вовсе не хочет, чтобы Джек попал в персональный «ад», но он также не может посоветовать Джеку работать со своими ощущениями и агрессивностью, потому что Джек этого просто не поймёт. Поэтому ради блага Джека Будда учит, что существует ад, а чтобы туда не попасть и не вариться в чане с расплавленным железом, Джеку нужно отказаться от своих недобродетельных, дурных поступков и эмоций. Буддийские реалии пронизаны подобными учениями, и мы очень часто можем видеть на стенах буддийских храмов изображения адов: множество горящих тел и жуткие нагромождения льда. Эти картины можно воспринимать буквально или метафорически, в зависимости от способностей ученика. Обладатели высших способностей знают, что источник нашего повседневного ада, наше страдание, проистекает от образа нашего восприятия. Они знают, что нет ни Судного дня, ни судии. Когда Миларепа проявился в ячьем роге, Речунгпа сам был на пути к тому, чтобы стать великим учителем. У него были огромные способности, позволявшие понимать пустоту разумом, и достаточно высокий уровень духовных достижений, чтобы действительно увидеть Миларепу в ячьем роге, но его постижения не хватило, чтобы присоединиться к учителю. Конечная цель Будды — помочь Джеку понять, подобно тем ученикам с высшими способностями, что нет никаких адских миров, отдельных от его собственной агрессивности и неведения. На время сведя к минимуму свои неблагие поступки, Джек станет менее одержим своими восприятиями, страхами и навязчивыми мыслями.

\* \* \*

Слово *карма* практически стало синонимом буддизма. Обычно считают, что это разновидность моралистической системы воздаяния: есть плохая карма и есть хорошая карма. Однако карма — это просто закон причинно-следственной связи, который не следует путать с моралью или этикой. Никто, в том числе и сам Будда, не устанавливал фундаментальных правил о том, что вредно, а что полезно. Любое побуждение и действие, которое отдаляет нас от таких истин, как «всё составное непостоянно», может повлечь за собой вредные последствия, или плохую карму. А любое действие, которое приближает нас к пониманию таких истин, как «все эмоции — страдание», может принести благотворные последствия, или хорошую карму. По окончании ваших дней не Будда станет вас судить: только вы сами по-настоящему знаете, какие побуждения стояли за теми или иными вашими поступками.

Беседуя со своим учеником по имени Субхути, Сиддхартха сказал: «Те, кто видит Будду как форму, и те, кто слышит Будду как звук, имеют ложное воззрение». Спустя четыреста лет Нагарджуна, великий буддийский учёный Индии, сказал то же самое. В своём знаменитом трактате по буддийской философии он посвятил целую главу «анализу будды» и сделал вывод, что в абсолютном смысле не существует никакого внешнего будды. Даже ныне можно услышать такие буддийские изречения, как «если увидишь будду на дороге, убей его». Конечно, это нужно понимать иносказательно: разумеется, никто не призывает к убийству. Имеется в виду, что истинный буд-

да — это не некий существующий вне вас спаситель, который зависит от времени и пространства. С другой стороны, на нашей земле действительно появился человек по имени Сиддхартха, который потом стал известен как Будда Гаутама и ходил босой по улицам Магадхи, собирая подаяние. Этот будда произносил проповеди, ухаживал за больными и даже навестил свою семью в Капилавасту. Причина, по которой буддисты не собираются оспаривать, что этот материальный будда жил в Индии в V веке до нашей эры — а не, например, в современной Хорватии, — это исторические свидетельства о том, что на протяжении столетий он служил источником вдохновения в Индии. Он был великим учителем, первым в длинной линии сведущих учителей и учеников. И только. Однако для искреннего духовного искателя вдохновение — это всё.

Чтобы вдохновлять людей, Сиддхартха использовал много искусных методов. Как-то раз один монах заметил прореху на одежде Будды Гаутамы и предложил её залатать, но Будда отказался от его предложения. Он продолжал ходить и собирать подаяние в рваной одежде. Когда он направился к пристанищу одной нищей женщины, монах был озадачен, потому что знал: у неё нет ничего, что она могла бы подать. Увидев порванную одежду Сиддхартхи, женщина предложила починить с помощью той единственной нити, которая у неё была. Сиддхартха принял дар и при этом сказал, что благодаря этой заслуге в следующей жизни эта женщина родится небесной царицей. Эта история, передаваясь из уст в уста, побудила многих быть щедрыми.



В другой истории рассказывается, как Сиддхартха предостерегал мясника, дав ему наставление о том, что убийство порождает дурную карму. Однако мясник ответил: «Но я только это и умею — так я зарабатываю на жизнь». Сиддхартха посоветовал ему хотя бы взять обет не убивать от заката до восхода. Не то чтобы он дал мяснику разрешение убивать в дневное время, но так он помогал ему постепенно уменьшать бремя своих неблагих деяний. Всё это примеры искусных методов, которые применял Будда, чтобы учить Дхарме. Он не провозглашал себя неким божеством и не обещал, что бедная женщина отправится на небеса в награду за починку его одежды, — только её собственная щедрость стала причиной её счастливой судьбы.

Возможно, вам покажется, что это парадокс. Будда противоречит сам себе, когда утверждает, что его самого не существует, что всё — пустота, а потом учит нравственности и спасению. Однако такие методы необходимы, чтобы не напугать людей, которые не готовы понять пустоту. Они успокаиваются и подготавливаются к настоящим учениям. Это всё равно что сказать: «Да, здесь змея!» — и выбросить галстук в окно. Эти бесчисленные методы представляют собой часть пути. Однако и сам путь следует в итоге оставить, как вы оставляете лодку, когда переправились на другой берег. Прибыв на место, вы должны высадиться на берег. В момент полного пробуждения вам нужно будет оставить буддизм. Духовный путь — это временное решение, плацебо или успокоительное средство, которое принимают, пока не поймут пустоту.

## ПОЛЬЗА ПОНИМАНИЯ

Наверное, вы всё ещё раздумываете: «А какова польза от понимания пустоты?» Поняв пустоту, вы продолжаете ценить всё то, что предстаёт перед вами как существующее, но не привязываетесь при этом к иллюзиям, полагая их чем-то реальным, и освобождаетесь от непрерывного разочарования, подобного тому, которое испытывает ребёнок, пытающийся догнать радугу. Вы видите эти иллюзии насквозь и всегда помните о том, что в первую очередь их создаёт ваше «я». Возможно, вас по-прежнему может что-то взволновать, опечалить или рассердить, но в вас всегда будет присутствовать уверенность, как у зрителя в кино, который может легко относиться к разыгрываемой драме, потому что прекрасно понимает, что это просто фильм. Ваши надежды и страхи как минимум теряют былую силу и рассеиваются, словно вы осознали наконец, что змея — это всего лишь галстук.

Если мы ещё не постигли пустоту, не в полной мере понимаем, что все вещи — иллюзии, то мир кажется нам реальным, осязаемым и незыблемым. Наши надежды и страхи тоже становятся прочными и весомыми, а потому неконтролируемыми. Например, если вы твёрдо верите в свою семью, то вы совершенно уверены в том, что ваши родители о вас позаботятся. Вы не думаете этого о незнакомце на улице: у него нет перед вами таких обязательств. Понимание составных явлений и понимание пустоты даёт человеку некоторый простор во взаимоотношениях. По мере того как вы начинаете понимать различные переживания ваших роди-

телей, давление, которое они испытывают, и все воздействующие на них обстоятельства, у вас изменяются возлагаемые на родителей ожидания, и вы никогда не испытаете сильного разочарования. Когда некоторые из нас сами становятся родителями, даже небольшое понимание взаимозависимости существенно смягчает наши ожидания по отношению к детям, которые могут увидеть в этом проявление родительской любви. Без такого понимания, несмотря на все наши добрые намерения, любовь к детям и желание заботиться о них, наши ожидания и требования могут стать для них чрезвычайно обременительными.

Точно так же, благодаря пониманию пустоты, вы теряете интерес к любым внешним атрибутам и мнениям, выдвигаемым и отвергаемым обществом: к политическим системам, науке и технологиям, к глобальной экономике, свободному обществу, Организации Объединённых Наций. Вы становитесь похожи на взрослого, которого не очень привлекают детские игры. Много лет вы доверяли всем этим институтам и верили, что они могут успешно решить задачи, с которыми не справились системы прошлого. Но мир вовсе не стал более безопасным или приятным местом.

Речь не идёт о том, что вам нужно выпасть из общества. Обладать пониманием пустоты — не значит стать равнодушным к жизни, напротив, у вас развивается чувство ответственности и сострадание. Если Джек вопит, скандалит, кричит на всех, чтобы прекратили запускать в дом змей, и вы знаете, что это объясняется его заблуждением, вы ему сочувствуете. Возможно, другие не так снисходительны, а потому ради Джека вы стараетесь за-

жечь в доме какой-нибудь свет. На грубом, поверхностном уровне вы всё ещё будете бороться за свои права, держаться за свою работу, проявлять политическую активность, но, когда ситуация меняется, в вашу пользу или наоборот, вы будете к этому готовы. Вы избавляетесь от слепой веры в то, что всё, чего вы желаете и ожидаете, должно непременно осуществиться, и не скованы более привязанностью к конечному результату.

Не так уж редко многие из нас предпочитают оставаться в темноте. Мы не способны увидеть иллюзии, которые создают нашу повседневную жизнь, потому что у нас не хватает мужества вырваться из сети, в которую мы попали. Мы полагаем, что сейчас у нас всё идёт достаточно хорошо или вскоре наладится, если мы будем продолжать в том же духе. Это подобно тому, как если бы мы шли по лабиринту, где у нас уже есть привычный маршрут, и не хотели бы пробовать другие направления. Мы не хотим рисковать, поскольку, по нашему мнению, нам есть что терять. Мы боимся, что, увидев мир с точки зрения пустоты, мы выпадем из общества, утратим респектабельность, а с ней и своих друзей, семью и работу. Соблазнительная притягательность этого иллюзорного мира делает своё дело: она так роскошно упакована! Нас непрерывно убеждают в том, что мыло придаст нам райский аромат, что диета Южного побережья чудодейственна, что демократия — единственная успешная форма правления, что витамины придадут силу нашему организму. Мы редко слышим о другой стороне правды, и в этих редких случаях сообщение даётся в конце мелким шрифтом. Представьте, как

Джордж Буш-младший отправляется в Ирак и заявляет там: «Демократия американского типа может и не подходить для вашей страны...»

Будто ребёнок в кино, мы увлекаемся иллюзией. Отсюда берут начало наше тщеславие, честолюбивые замыслы и тревоги. Мы влюбляемся в созданные нами иллюзии и чрезмерно гордимся своей внешностью, своей собственностью и своими достижениями. Мы словно носим поверх лица маску и гордо думаем, что эта маска и есть действительно мы сами.

Жили-были пятьсот обезьян, и одна из них считала себя очень умной. Однажды ночью эта обезьяна увидела отражение луны в озере. Она гордо объявила собратьям: «Если мы пойдём к озеру и выловим луну, то станем героями, которые её спасли». Сначала другие обезьяны ей не поверили. Но когда они своими глазами увидели, что луна упала в озеро, решили попытаться её спасти. Они забрались на дерево, ухватились за хвост друг другу и так смогли добраться до мерцающей в воде луны. Только последняя обезьяна ухватила было луну, как ветка обломилась, и все они упали в озеро. Плавать обезьяны не умели, и, когда они стали барахтаться в воде, отражение луны исчезло в поднятых ими волнах. Движимые жаждой славы и новизны, мы похожи на тех обезьян, считая, что очень умны, когда совершаем свои открытия, и убеждая своих сородичей видеть и думать то же самое, что и мы. К этому нас подталкивает честолюбивое желание быть спасителем, мудрецом, провидцем. У нас есть всевозможные мини-амбиции — скажем, произвести впечатление на ту или иную девушку, или масштабные амбиции, например высадиться на Марсе. И

время от времени мы сваливаемся в воду, причем плавать мы не умеем, а ухватиться там не за что.

\*\*\*

Когда Сиддхартха постиг пустоту, ему было всё равно, лежать ли под деревом бодхи на траве куша или во дворце на шёлковых подушках. Более высокая ценность шитых золотом подушек целиком обусловлена человеческими амбициями и желаниями. На самом деле для отшельника, удалившегося в горы, трава куша может быть мягче и чище, а лучше всего то, что, когда она придёт в негодность, это не причинит ему беспокойства. Вам не нужно опрыскивать её репеллентами, чтобы ваши кошки не точили об неё когти. Жизнь во дворце полна таких «драгоценных предметов», которые требуют постоянного ухода. Если бы Сиддхартху заставили сделать выбор, он предпочёл бы циновку из травы, чтобы не о чем было слишком заботиться.

Мы, люди, считаем, что широта взглядов — это несомненное достоинство. Чтобы расширить свой кругозор и стать терпимее, важно не держаться только за то, что приносит нам удовлетворение и к чему мы привыкли. Полезно набраться мужества, чтобы выйти за рамки норм, а не застревать в привычных границах мирской логики. Если мы сумеем выйти за эти границы, то поймём, что пустота до смешного проста. То, что Миларепа укрылся в ячьём роге, станет не более удивительным, чем если бы кто-то надел пару перчаток. Вся трудность заключается в нашей привязанности к использованию той же самой старой и проверенной логики, грамматики, алфавита и математических уравнений. Если мы сумеем помнить о составной природе этих привы-

чек, то сможем избавиться от них. В этом нет ничего невозможного. Всё, что требуется, — это полное наличие, с одной стороны, нужных условий, а с другой — своевременной информации. В таком случае вы можете вдруг понять, что все средства и инструменты, на которые вы опираетесь, не так уж жёстки: они достаточно гибки. Ваша точка зрения изменится. Если кто-то, пользующийся вашим доверием, скажет вам, что ваша жена, которой вы были недовольны долгие годы, на самом деле — богиня богатства, принявшая облик простой женщины, то ваше отношение к ней совершенно изменится. Точно так же если в хорошем ресторане вы, смакуя каждый кусочек, наслаждаетесь замечательным бифштексом со всевозможными соусами, а потом ваш начальник сообщит, что на самом деле это было человеческое мясо, то ваше ощущение мгновенно изменится на противоположное. Прежде вкусное обернётся для вас отвратительным.

Если вам приснилось пятьсот слонов, то, проснувшись, вы не гадаете, как же это слоны поместились в вашу комнату, ведь их не существовало ни до, ни во время, ни после этого сна. Однако, когда вы видите их во сне, они совершенно реальны. Однажды вы поймёте, и не только умом, что нет таких вещей, как «большое» и «малое», «приобретение» и «потеря», что всё это относительно. Тогда вы сумеете понять, как Миларепа уместился в ячьем роге и почему такой тиран, как царь Ашока, склонил голову перед этой истиной и принял её.

## ГЛАВА ЧЕТВЁРТАЯ

# Нирвана — вне представлений

**П**о мнению буддистов, до той жизни, в которой Сиддхартха достиг просветления, он бесщётное множество раз рождался в облике птиц, обезьян, слонов, царей, цариц и во многих своих жизнях был бодхисаттвой: существом, чья единственная цель — устранить собственное неведение на благо всех существ. Но именно в той жизни, когда Сиддхартха стал индийским царевичем, он, сидя под деревом бодхи, в конце концов победил Мару и достиг другого берега, другого края сансары. Это состояние называют нирваной. Достигнув нирваны, он произнёс первую проповедь в Сарнатхе, близ Варанаси, и в течение всей своей долгой жизни продолжал учить по всей Северной Индии. Его учениками были монахи и монахини, цари и военачальники, куртизанки и купцы. На путь отречения вступили и многие члены его семьи, в том числе его жена Яшодхара и его сын Рахула. По всей Индии и за её пределами его почитали как величайшего среди людей. Но он не стал бессмертным. Посвятив всю свою долгую жизнь передаче учения, он покинул этот мир в мес-



те, которое называется Кушинагар. К тому времени он, выйдя за пределы даже нирваны, достиг состояния *паринирваны*.

## НЕБЕСА: РАЙСКИЕ КАНИКУЛЫ ДО СКОНЧАНИЙ ВРЕМЁН?

Нирвана, просветление, освобождение, избавление, небеса — эти слова любят произносить многие, но мало кто удосуживается вникнуть в подлинное значение этих терминов. Каково будет оказаться в одном из этих состояний? Даже если мы считаем, что нирвана — это далеко не то же самое, что небеса, наши представления о небесах и нирване в общих чертах довольно схожи. Небеса, или нирвана, — это то, куда мы отправляемся после смерти, если при жизни много лет вели себя должным образом, занимались духовной практикой и были сознательными, благонравными гражданами. Там мы встретимся со многими своими старыми друзьями, потому что это такое место, где собираются все добродетельные покойники, тогда как не столь добродетельные покойники мучаются в преисподней. Наконец - то у нас есть возможность разгадать все тайны бытия, завершить незаконченные дела, внести некоторые коррективы в содеянное и, быть может, увидеть свои прошлые жизни. Вокруг, ласкаясь к нам, порхают ангельские младенцы без явных признаков пола. Наше жилище удовлетворяет все наши мыслимые потребности и желания, располагаясь в общине других обитателей нирваны, соблюдающих правила нирваничес-

кого общежития и чтущих законы. Там не нужно запирать окна и двери и, вероятно, нет нужды в полиции. Если там и есть политики, все они люди достойные и честные. Всё в точности соответствует нашим пожеланиям, и место это чем-то напоминает эдакий идеальный дом престарелых. А возможно, некоторые из нас воображают наичистейший белый свет, необъятный простор, радуги и облака, на которых мы блаженно покоимся, совершенствуя свои способности ясновидения и всеведения. Там не нужно бояться смерти, потому что вы уже умерли и терять больше нечего. Единственной нашей заботой может быть беспокойство за судьбу некоторых дорогих нашему сердцу друзей и членов семьи, которых мы покинули.

Сиддхартха считал все эти варианты загробной жизни пустыми фантазиями. При ближайшем рассмотрении подобное типичное представление о небесах окажется не таким уж привлекательным, и то же самое можно сказать о просветлении. Уединённый отдых, экзотический тур, медовый месяц, пикник — всё это приятно, но только не в том случае, когда они длятся вечно. Если наш восхитительный отпуск слишком затянулся, мы начинаем скучать по дому. Если в безоблачной жизни нет никакого представления о страдании или опасности, она может наскучить. В тот миг, когда у вас появляется знание, что подобные явления существуют, у вас возникает выбор: или смотреть на всё это свысока, или преисполниться сочувствия к тем, кто страдает. Но тогда что в этом «небесного»? Здесь, в земном мире, мы можем смотреть детективы, триллеры и эротические фильмы. На небесах вы не можете употреб-

лять неприличных слов или носить вызывающую одежду, потому что если вы всеведущи, то знаете, что за всем этим стоит. В этом мире после тяжёлой рабочей недели мы можем уйти в загул в пятницу вечером. Мы можем наслаждаться сменой времён года и устанавливать новейшие программы на свой компьютер. Мы можем открыть утреннюю газету, прочитать обо всех несчастьях, случившихся в мире, и фантазировать о том, что бы мы сделали, если б можно было поменяться местами с мировыми лидерами. На самом же деле все эти наши «простые удовольствия» — настоящие проблемы, вполне явные и очевидные. Если вы смотрите футбол с пивом в руке, то вам придётся наблюдать за игрой целых два часа, не имея возможности заняться ничем другим. Вас будет раздражать, если вам помешают. Вам нужно будет оплачивать кабельное телевидение и еду. У вас может подняться уровень холестерина и заболеть сердце, если в счёте поведёт другая команда.

В отличие от всего этого просветление, которое мы воображаем, — это неизменная территория свободы от проблем. Как мы будем чувствовать себя в состоянии, где нет никаких препятствий? Нам пришлось бы обходиться без всего того, что нас волнует, без достижения успеха и развлечений, которые, по нашему мнению, и составляют наше счастье. Поклонников творчества Эминема наверняка будет тошнить от всех этих звуков арфы, раздающихся на небесах: они хотели бы слушать его последний альбом с непристойными текстами. Если бы мы получили просветление, как мы его представили, то не смогли бы наслаждаться филь-

мами с захватывающим сюжетом: наша способность всеведения лишила бы их развязку всякой неожиданности. Мы лишились бы и радостного волнения на ипподроме, потому что уже знали бы, какая лошадь победит.

Ещё одна особенность, обычно приписываемая просветлению или небесам, — бессмертие. Прибыв на своё новое место жительства на облаках, мы уже никогда не умрём, а потому нам ничего не остаётся, как жить вечно. Мы застряли, и деваться некуда. У нас есть всё, о чём мы когда-либо мечтали, за исключением выхода из этого положения, сурпризов, увлекательных испытаний, удовлетворения и свободы воли, потому что она нам уже не нужна. ЕСЛИ принять всё это во внимание, то, с нашей теперешней точки зрения, просветление — это состояние полнейшей скуки.

Однако большинство из нас не подвергает критической оценке свою версию загробной жизни: мы предпочитаем видеть эту перспективу туманной, подразумевая лишь, что там нас ждёт достойное место окончательного упокоения. Просветление, которого мы жаждем, — оно должно быть вечным, чем-то вроде постоянного места жительства. Или же кое-кто, возможно, полагает, что сумеет вернуться, погостив в этом брэнном мире в качестве некоего божества или высшего существа, обладающего особыми силами, которых нет у нас, смертных. В таком качестве они будут иметь «Божественную неприкосновенность», подобно дипломату, путешествующему по особому паспорту. Как они считают, эта их неприкосновенность и высокое положение дадут им возможность получить все необходимые визы и забрать с собой своих близ-

ких. Но возникает закономерный вопрос: если у некоторых из этих новых иммигрантов имеется собственный установившийся образ мыслей — допустим, им нравится носить какие-то вызывающие носки, которые смущают других небожителей, — не случится ли на небесах конфликт? А если всем «хорошим людям» предоставляют членство в небесном сообществе или нирване, чья версия счастья восторжествует?

Конечная цель всех живых существ, как бы мы её ни определяли, — это счастье. Нет ничего удивительного, что счастье — неотъемлемая часть определения жизни на небесах или просветления. Достойная загробная жизнь обязательно подразумевает, что мы наконец получаем всё то, к чему стремились в этой жизни. Обычно наша личная версия небес похожа на наш нынешний мир, разве только усовершенствованный и благоустроенный.

## **СЧАСТЬЕ - НЕ ЦЕЛЬ**

Большинство из нас верит, что высшее свершение на духовном пути обретается лишь после того, как завершится эта жизнь. Мы привязаны к своему нечистому окружению и телу, а потому нам требуется умереть, чтобы достичь полного успеха. Только после смерти мы достигнем состояния божества или просветления. Поэтому лучшее, что мы можем сделать в жизни, — это готовиться к смерти: ведь наши теперешние поступки определят, вознесёмся мы на небеса или будем низвергнуты в ад. Некоторые уже утратили надежду. Им кажется,

что они по сути своей люди греховные или злые и не заслуживают того, чтобы попасть в рай, — им уготована дорога в преисподнюю. Точно так же многие буддисты умом понимают, что каждое живое существо обладает одинаковым потенциалом, или внутренней сущностной природой, аналогичной природе Гаутамы Будды, но на эмоциональном уровне им кажется, что им недостаёт качеств или способностей, необходимых для того, чтобы получить доступ к золотым вратам просветления. По крайней мере не в этой жизни.

Для Сиддхартхи состояние конечного упокоения, небеса это или нирвана, — вовсе не какое-то место или удел: это избавление от смирительной рубашки заблуждения. Если вы всё же потребуете, чтобы вам указали физическое место, то им может оказаться именно то место, где вы сидите сейчас. Для Сиддхартхи это было то самое место на плоском камне и охапке травы куша под деревом бодхи в нынешнем индийском штате Бихар. Каждый может посетить это физическое место даже сегодня. Та версия свободы, которой придерживался Сиддхартха, не исключительна. Она достижима в этой жизни и зависит от отваги, мудрости и усердия самого человека. Нет никого, кто не обладал бы этим потенциалом, включая даже тех существ, которые томятся в адских мирах.

Счастье не было целью Сиддхартхи. Его путь в конечном счёте ведёт не к «счастью» в нашем понимании этого слова. Это прямая дорога к свободе от страдания, свободе от иллюзии и заблуждения. Так что нирвана — это не счастье и не несчастье. Она выходит за пределы любых двойственных понятий, подобных этим. Нирвана — это покой.

Сиддхартха учил Дхарме с той целью, чтобы полностью освободить таких людей, как Джек, который панически боится змей и из-за этого вынужден страдать. Это значит, что дело вовсе не в том, чтобы Джек испытал облегчение, поняв, что змея ему не угрожает. Он должен понять, что с самого начала никакой змеи не было, а был только галстук от Джорджио Армани. Иными словами, цель Сиддхартхи в том, чтобы избавить Джека от страданий и затем помочь ему понять, что с самого начала не было никакого независимо существующего страдания.

Мы могли бы сказать, что одно лишь понимание истины влечёт за собой достижение просветления. Возможность нашего продвижения по ступеням пути к просветлению, называемым уровнями бодхисаттвы, зависит именно от степени нашего понимания истины. Если в театре ребёнок испугался страшного чудовища, то страх может пройти, если малыша познакомить с актёром, снявшим костюм за кулисами. Точно так же вы освобождаетесь в той мере, в какой способны видеть подоплёку всех явлений и понимать истину. Даже если актёр снимает лишь маску, страх значительно уменьшается. Аналогично если человек понимает истину только частично, он достигает соответствующего освобождения.

Скульптор может изваять из мрамора прекрасную женщину, но ему следует поостеречься и не воспылать страстью к своему творению. Как Пигмалион создал статую Галатеи, так и мы сами создаём и своих друзей и врагов, но в процессе забываем об этом. Из-за того, что нам недостаёт осознанности, наши творения превращаются в нечто

осязаемое и реальное, и мы запутываемся ещё больше. Если же вы в полной мере поймёте, и не только умом, что всё — лишь ваше творение, вы освободитесь.

Хотя счастье считается не более чем концепцией, неким умозрительным представлением, тем не менее в буддийских текстах для описания просветления используются такие термины, как «великое блаженство». Нирвану и в самом деле можно понимать как радостное состояние, потому что свобода от заблуждения и неведения, счастья и несчастья — это блаженство. Видеть, что источник заблуждения и неведения, например змея, никогда не существовал, — это ещё лучше. Вы ощущаете огромное облегчение, когда пробуждаетесь от страшного сна, но подлинным блаженством было бы, если бы этот кошмар вам никогда и не снился. В этом смысле блаженство — не то же самое, что счастье. Сиддхартха обращал особое внимание своих слушателей на тщетность поисков покоя и счастья в этом мире или в загробном, если они искренне хотят освободиться от сансары.

## **ЗАПАДНЯ СЧАСТЬЯ**

У Будды был двоюродный брат по имени Нанда, который сильно, страстно любил одну из своих жён. Они были просто одержимы друг другом, не разлучаясь ни днём, ни ночью. Будда понял, что для брата настало время освободиться от этой зависимости, а потому он пошёл просить подавание к его дворцу. Обычно никаких посетителей не пускали,



потому что Нанда был занят только любовью, но Будда имел особую силу воздействия. В течение многих жизней он никогда не лгал и благодаря этой заслуге обрёл силу убеждения. Когда страж доложил, что Будда ждёт у дверей, Нанда с неохотой покинул свое любовное гнёздышко. Он чувствовал себя обязанным хотя бы поприветствовать своего двоюродного брата. Пока он не ушёл, жена поцеловала палец и начертила им кружок у него на лбу, сказав, что он должен вернуться прежде, чем этот кружок высохнет. Но когда Нанда вышел исполнить свой долг, Будда предложил ему посмотреть на нечто поистине редкостное и удивительное. Нанда попытался увильнуть от этого предложения, но Будда настоял на своём.

Вдвоём они отправились на гору, где жило много обезьян-лангуров, среди которых особым уродством отличалась одна одноглазая самка. Будда спросил Нанду: «Кто красивее: твоя жена или эта обезьяна?» Конечно же, Нанда ответил, что его жена прекраснее всех, и стал описывать её прелести. Пока говорил, он вспомнил, что слюна у него на лбу давно высохла, и ему очень захотелось вернуться домой. Однако вместо этого Будда перенёс Нанду на небеса Тушита, где его взору предстали тысячи прекрасных богинь и горы небесных богатств. Будда спросил: «Кто красивее: твоя жена или эти богини?» На этот раз Нанда поклонился и ответил, что по сравнению с этими богинями его жена похожа на ту одноглазую обезьяну. Тогда Будда показал Нанде пышный трон, что стоял пустой посреди всех сокровищ, богинь и стражников. Охваченный благоговением, Нанда воскликнул: «Кто восседает на этом престоле?» Будда велел ему

спросить у богинь. Они ответили: «На земле есть человек по имени Нанда, который собирается стать монахом. Благодаря своим добродетельным поступкам он переродится на небесах и воссядет на этот трон, чтобы мы могли ему служить». Нанда тут же попросил Будду посвятить его в монахи.

Они вернулись в земной мир, и Нанда стал монахом. Тогда Будда призвал к себе Ананду, другого двоюродного брата, и приказал сделать так, чтобы все остальные монахи сторонились Нанды. Они должны были любой ценой избегать Нанды. «Не общайтесь с ним, потому что у вас разные намерения, а потому у вас разные воззрения и, конечно же, разное поведение, — сказал Будда. — Вы стремитесь к просветлению, а он ищет счастья и удовольствий». Монахи стали избегать Нанды, и тот стал печален и одинок. Он поделился своим горем с Буддой, посетовав, что на него никто не обращает внимания. Будда велел Нанде ещё раз последовать за ним. На этот раз они отправились в ад, где увидели всевозможные пытки, расчленение и удушение мучеников. Центром всей этой бурной деятельности был огромный котёл, вокруг которого собрались все служители ада, увлечённые грандиозными приготовлениями. Будда велел Нанде спросить, чем они занимаются. «О, — ответили они, — на земле есть человек по имени Нанда, который теперь стал монахом. По этой причине он надолго попадёт на небеса. Однако, поскольку он не отсёк корень сансары, он будет слишком поглощён наслаждениями мира богов, не стремясь создать больше благоприятных обстоятельств. Его заслуги исчерпаются, он падёт прямо в этот котёл, и мы его сварим заживо». В этот миг Нанда по-

нял, что должен отречься не только от несчастья, но и от счастья сансары.

История Нанды показывает, насколько мы поглощены приятными ощущениями. Подобно Нанде, мы всегда готовы бросить своё счастье, завидев нечто ещё более привлекательное. При виде одноглазой обезьяны восхищение Нанды чарующей красотой жены стало ещё сильнее, но он без колебаний отказался от неё, когда увидел прекрасных богинь. Будь просветление простой разновидностью счастья, то и его можно было бы отбросить, когда подвернётся что-то получше. Счастье — это очень хрупкая предпосылка, иллюзия, вокруг которой мы пытаемся выстроить свою жизнь.

Мы, люди, склонны думать о просветлённых со своей точки зрения. Легче представить себе гипотетического просветлённого где-то в туманной дали, чем присутствующее рядом, живое, дышащее просветлённое существо, потому в нашем представлении такое существо должно не только обладать лучшими человеческими чертами, но и производить глубокое впечатление, владея высшими качествами, талантами и дарованиями. Некоторые из нас, возможно, думают, что мы способны обрести просветление, стараясь изо всех сил. Но, стремясь к достижению столь возвышенной цели, «стараться изо всех сил», возможно, придётся, усердно трудясь и принося все мыслимые и немыслимые жертвы в течение миллионов жизней. Такие мысли могут возникнуть, когда мы удосуживаемся хорошенько поразмыслить об этом, но мы редко берём на себя такой труд. Это слишком утомительно. Поняв, насколько трудно избавиться от своих мирских привычек, мы

считаем просветление чем-то недостижимым. Даже если я смогу бросить курить, разве могу я надеяться отбросить такие ментальные привычки, как страсть, гнев и неприятие? Многие думают, что мы должны избрать для себя какого-то спасителя или гуру, чтобы он выполнил всю эту «уборку» для нас, потому что самим нам не хватает уверенности в собственных силах, и мы думаем, что не справимся с этим в одиночку. Но такой пессимизм и самоуничтожение вовсе не являются неизбежными, если у нас есть верное понимание принципа взаимозависимости и немного дисциплинированности, позволяющей применить его на практике.

## НАДЕЖДА И ИЗНАЧАЛЬНАЯ ЧИСТОТА

Просветление выходит за пределы всяких сомнений точно так же, как выходит за пределы сомнения и знание, обретенное путём личного переживания. Нам нужно прийти к полному пониманию того факта, что загрязнения ума и заблуждения, препятствующие нашему просветлению, не есть нечто фиксированное и застывшее. Обманчиво неизменные и устойчивые, как и наши препятствия, на самом деле они представляют собой преходящие составные явления. Понимание логики того, что составные явления зависимы и ими можно управлять, помогает нам увидеть, что их природа — непостоянство, и прийти к выводу, что их можно полностью устранить.

Наша истинная природа подобна стеклянному бокалу, а омрачения подобны грязи и следам от

пальцев. Когда мы покупаем бокал, на нём нет следов пальцев. Если он пачкается, то обычный ум думает, что стекло грязное. Однако эта грязь не принадлежит стеклу, природа которого свободна от грязи. Но на бокале есть загрязнения и отпечатки пальцев, и их можно убрать. Будь само стекло грязным, единственным выбором было бы выбросить бокал, поскольку грязь и бокал были бы нераздельны, составляя одну вещь: грязный бокал. Но всё обстоит совсем не так. Грязь, следы от пальцев и тому подобное появляется на стекле вследствие определённых обстоятельств. Загрязнения эти временные и устранимые. Можно использовать всевозможные методы, чтобы смыть грязь. Можно помыть бокал в реке, в раковине или в посудомоечной машине или попросить прислугу сделать это. Но какой бы способ мы ни использовали, смысл в том, чтобы удалить грязь, а не стакан. Есть большая разница между тем, чтобы отмывать стакан и отмывать грязь. Мы могли бы возразить, что это просто семантическое различие: говоря, что мы моем посуду, мы подразумеваем, что смываем с неё грязь, и в этом случае Сиддхартха согласился бы с нашим утверждением. Но если мы думаем, что бокал стал не совсем таким, каким был прежде, то это неправильное представление. Поскольку по своей природе стакан не содержит следов пальцев, то, если мы удалим грязь, стакан не преобразится — это будет тот же самый стакан, который вы изначально купили в магазине.

Считая себя по своему существу злыми и невежественными и сомневаясь в своей способности обрести просветление, мы думаем, что наша истинная природа всегда омрачена и испорчена.

Но, как следы пальцев на стакане, эти эмоции не являются внутренне присущей частью нашей природы: наша природа попросту временно омрачена скоплением загрязнений от всевозможных неблагоприятных ситуаций, например вследствие общения с недостойными людьми или непонимания результатов своих действий. Изначальное отсутствие загрязнений, нашу чистую природу, часто называют *природой будды*. Однако загрязнения и проистекающие от них эмоции пребывают с нами так давно и стали настолько сильны, что являются нашей второй природой и всегда омрачают нас. Неудивительно, что порой нами овладевает чувство безнадёжности.

Чтобы вернуть утраченную надежду, те, кто находится на буддийском пути, могут начать свою практику с такой мысли: «Мой стакан можно помыть» или «Я могу очиститься от всего неблагоприятного». Это будет слегка наивным отношением к ситуации, напоминающим отношение Джека, который думает, что змею необходимо убрать. Тем не менее иногда это необходимый шаг, подготавливающий нас и создающий возможность увидеть изначальную истинную природу вещей. Если невозможно воспринимать исконную чистоту всех явлений, то по крайней мере вера в то, что чистого состояния можно достичь, помогает нам двигаться вперёд. Как тот Джек, который хочет избавиться от змеи, мы хотим избавиться от омрачений, и у нас есть мужество, чтобы попытаться это сделать, поскольку мы знаем, что это возможно. Нам нужно просто применить нужные средства, чтобы уменьшить силу причин и условий наших загрязнений или же увеличить силу того,

что им противостоит. Например, можно развивать в себе любовь и сострадание, чтобы победить гнев. Как наше желание помыть посуду проистекает от уверенности в том, что мы способны сделать стакан чистым, наше воодушевление, с которым мы берёмся за устранение своих омрачений, проистекает от веры в то, что мы обладаем изначально чистой природой будды. Мы с уверенностью ставим грязную посуду в посудомоечную машину, потому что знаем: остатки пищи можно удалить. Если бы нас попросили помыть уголь, чтобы он стал белым, у нас не было бы такого же воодушевления и уверенности в успехе этого начинания.

#### ПРОБЛЕСК СВЕТА В ГРОЗОВОЙ ТЬМЕ

Но как же обнаружить природу будды во мраке неведения и заблуждений? Первый знак надежды для моряков, сбившихся с пути в море, — это поймать луч света, прорезающий грозовую тьму. Двигаясь по направлению к нему, они приближаются к источнику света, к маяку. Любовь и сострадание — словно свет, посылаемый природой будды. Поначалу природа будды — просто умозрительное понятие за пределами нашего поля зрения. Но если мы развиваем в себе любовь и сострадание, то в конце концов сможем приблизиться к ней. Возможно, трудно увидеть природу будды в тех, кто потерялся во тьме вождления, ненависти и неведения. Их природа будды так далека, что нам может показаться, будто её не

существует вовсе. Но даже в самых низких и жестоких людях случаются проблески любви и сострадания, пусть краткие и слабые. Если уделять должное внимание к этим редким проявлениям благих качеств и вкладывать энергию в то, чтобы двигаться в направлении к свету, природа будды в таких людях сможет раскрыться.

По этой причине любовь и сострадание считают самым надёжным путём к полному устранению неведения. Сиддхартха впервые проявил сострадание в одном из своих прежних воплощений в очень непривлекательном месте — будучи не бодхисаттвой, а мучеником ада, где он переродился из-за своей негативной кармы. Он и ещё один такой же несчастный тащили повозку через адское пламя, а демон-надсмотрщик погонял их сзади, нещадно хлеща кнутом. Сиддхартха был ещё довольно силен, а его товарищ совсем ослаб, а потому ему доставалось ещё больше.

Зрелище того, как его товарища по несчастью бьют кнутом, вдруг наполнило Сиддхартху невыносимым состраданием. Он стал умолять демона: «Прошу, отпусти его. Позволь, я сам потащу груз за нас обоих». Разъярённый демон ударил Сиддхартху по голове, и тот умер и тотчас переродился в более высоком мире. Та искра сострадания, вспыхнувшая в его сердце в момент смерти, продолжала расти и становиться всё ярче в его последующих перевоплощениях.

Наряду с любовью и состраданием существуют мириады путей, позволяющих нам приблизиться к пониманию природы будды. Даже если мы всего лишь на интеллектуальном уровне поймём то истинное благо, что заключено в нас самих и во всех



существах, это понимание приблизит нас к совершенству. Это всё равно как если бы мы куда-то задевали драгоценное бриллиантовое кольцо, но при этом знали, что оно в нашем сундуке с семейными сокровищами, а не потеряно где-то в горах.

Хотя мы используем такие слова, как «достижение», «желание» и «молитвы устремлённости к просветлению», в конечном счёте мы не обретаем просветление из некоего внешнего источника. Более правильно было бы говорить об обнаружении просветления, которое всегда было с нами.

Просветление — часть нашей истинной природы. Наша истинная природа — словно золотая статуя. Однако она всё ещё остаётся под слоем глины — нашими загрязнениями и неведением. Поскольку неведение и эмоции не являются неотъемлемой частью нашей природы, как глина, в которой отливали статую, не является её частью, то мы вправе говорить о таком понятии, как «изначальная чистота». Когда разбивают глиняную форму, статуя предстаёт во всей красе. Когда устранены омрачения нашего ума, истинная природа будды обнаруживается во всём её совершенстве. Но важно понимать, что природа будды — это не какая-то Божественная, независимо существующая душа или иная «сущностная субстанция».

## **ТАК ЧТО ЖЕ ЭТО ТАКОЕ?**

Для нас может оставаться непонятным, что же такое просветление, если это и не счастье и не несчастье? Как появляется просветлённое существо и как

оно действует? Что значит — обнаружить свою природу будды?

Когда мы встречаем эти вопросы в буддийских текстах, то обычно там даётся такой ответ: это выходит за рамки наших представлений, невыразимо и неподвластно мысли. Вероятно, многие неверно истолковывают такой вывод как хитрый способ уйти от ответа. Но на самом деле это и есть ответ. Наша логика, язык и символы настолько ограничены, что мы не способны по-настоящему выразить даже нечто такое земное, как чувство облегчения: нет таких слов, чтобы в полной мере передать другому человеку своё ощущение облегчения. Если даже квантовые физики затрудняются подобрать термины, чтобы выразить свои теории, то как же мы можем надеяться найти слова для описания просветления? Пока мы остаёмся в своём нынешнем состоянии, где используется лишь ограниченный объём логики и лингвистических средств и где мы остаёмся в плену эмоций, мы способны лишь вообразить, на что может быть похоже просветление. Но иногда, благодаря усердию и логическим выводам, мы можем получить некое приближённое представление, так, видя дым, поднимающийся на горной вершине, мы догадываемся, что там горит огонь. Используя то, что есть в нашем распоряжении, мы начинаем видеть и признавать, что омрачения возникают в силу определённых причин и условий, которыми мы можем управлять и которые в конечном итоге мы можем устранить. Представлять в уме отсутствие в нас загрязнённых эмоций и всего негативного — это первый шаг к пониманию природы просветления.

Допустим, вы страдаете от головной боли. Ваше непосредственное желание — избавиться от неё, и это возможно, поскольку вы понимаете, что головная боль не является неотъемлемой частью вашего существа. Затем вы стараетесь определить причину головной боли, например недосыпание. После этого вы применяете нужное средство против головной боли, например, принимаете аспирин или ложитесь вздремнуть.

В своей первой проповеди, произнесённой в Варанаси, Сиддхартха учил следующим четырём шагам, известным как Четыре благородные истины: осознай наличие страдания, откажись от причин страдания, ступи на путь к прекращению страдания, знай, что страданию можно положить конец. Возможно, некоторые удивятся, зачем Сиддхартхе нужно было говорить: «Осознай наличие страдания». Но действительно ли мы достаточно умны, чтобы осознавать, что страдаем? К сожалению, только когда боль достигает высшей точки, мы по-настоящему осознаём, что это и есть мучение и страдание. Трудно убедить того, кто с наслаждением поедает мороженое, что он страдает. Но потом он вспоминает предупреждение своего врача, что ему необходимо снизить у себя уровень холестерина и похудеть. И если вы внимательно проанализируете это мнимое удовольствие, начиная с того времени, когда только появилось желание полакомиться мороженым, и заканчивая беспокойством по поводу ожирения и холестерина, то вы поймёте, что всё это время было достаточно тревожным и беспокойным.

Довольно легко согласиться, что такие эмоции, как гнев, можно сдерживать с помощью подходя-

шего средства, допустим в течение одного дня, но трудно поверить, что эмоция может исчезнуть навсегда. Если мы можем представить, что человек частично избавился от гнева и обычно кажется спокойным и невозмутимым, мы можем сделать следующий шаг и представить такого человека, который надолго устранил гнев. Но как ведёт себя человек, преодолевший все эмоции? У того, кто склонен к слепой вере, может создаться впечатление, что такой человек — это некое покорное существо, сидящее скрестив ноги где-то на облаке. Однако скептики могут подумать, что, безответный и бесчувственный, он по характеру своему наверняка напоминает овощ... если вообще такой человек может существовать.

Хотя состояние просветления невыразимо и просветлённых невозможно определить обычным умом, всё-таки мы продолжаем вопрошать: «Кто такой Сиддхартха? Что он сделал такого необычного и значительного? Какой исключительный подвиг он совершил?» В буддизме о просветлённости судят не по умению летать и не по наличию физических признаков вроде третьего глаза во лбу. Хотя Будду часто описывают как человека внешне исключительно умиротворённого, с кожей золотого цвета, нежными руками и царственными манерами, эти описания в первую очередь обращены к наивным крестьянам и другим людям вроде нашего старого знакомого Джека. В строго буддийских текстах о способности Будды летать и совершать магические действия ничего не говорится. На самом деле в глубинных наставлениях учеников Будды постоянно предостерегают, чтобы они не придавали излишнего значения этим несущественным

свойствам. Хотя он и мог обладать такими талантами, их никогда не причисляли к его величайшим достижениям. Его величайшим достижением было понимание истины, потому что именно понимание истины освобождает нас от страдания раз и навсегда. Вот истинное чудо. Будда увидел ту же старость, болезнь и смерть, которые видим мы, но он вознамерился найти те причины, что лежат в их основе, — и это тоже само по себе чудо. Его постижение, что все составные вещи непостоянны, было его высшим триумфом. Он не одержал блестящую победу над каким-то внешним врагом, а обнаружил, что истинный враг — это наша привязанность к представлению о независимо существующем «я», а победа над этой привязанностью — чудо намного более великое, чем все сверхъестественные чудеса, реальные или воображаемые.

Хотя честь открытия относительности времени и пространства принадлежит современным учёным, Сиддхартха пришёл к тому же самому выводу две с половиной тысячи лет назад без всяких грантов на проведение исследования и дорогостоящих научных лабораторий — и это тоже чудо. В отличие от многих своих современников (и подобно многим из нас), которые оставались верны представлению о том, что наша свобода зависит от милости других, он обнаружил, что каждое существо чисто от природы. Вооружённые этим знанием, все существа способны освободиться. Вместо того чтобы удаляться от жизни в уединённое созерцание, Будда, движимый переполнявшим его состраданием, поделился своими новаторскими открытиями со всеми существами, невзирая на то, сколь трудно было их излагать и постигать. Он раз-

работал путь, предлагающий десятки тысяч методов, начиная с самых простых — подносить в дар благовония, сидеть с прямой спиной и следить за дыханием — и заканчивая сложными визуализациями и медитациями. Таковы были его сверхъестественные силы.

### КАКИЕ БЛАГА ДАЁТ НАМ ВЫХОД ЗА ПРЕДЕЛЫ ПРОСТРАНСТВА И ВРЕМЕНИ?

Когда Сиддхартха обрёл просветление, его стали называть Буддой. Будда — не личное имя, а обозначение состояния ума. Слово *будда* обозначает одно качество с двумя аспектами: «совершенный» и «пробуждённый». Иными словами, это тот, кто очистился от загрязнений, и тот, кто достиг знания. Благодаря постижению, которое Будда обрёл под деревом бодхи, он пробудился от двойственного состояния, погрязшего в таких понятиях, как субъект и объект. Он постиг, что ничто составное не может существовать постоянно. Он постиг, что ни одна эмоция не приводит к блаженству, если проистекает от привязанности к «я». Он постиг, что нет никакого истинно существующего «я» и истинно существующих явлений, которые были бы доступны восприятию. И ещё он постиг, что само просветление запредельно понятиям. Эти постижения и есть то, что мы называем мудростью Будды, осознанием истины во всей её полноте. Будду называют всеведущим. Это не значит, что Будда учился во всех университетах в

мире и выучил наизусть все книги. Такое изучение не равносильно пробуждённому знанию, потому что это двойственное знание, опирающееся на объекты и субъекты и ограниченное своими рамками, правилами и целями. Как мы можем ясно видеть, при всём научном знании, которое доступно нам сегодня, мир отнюдь не стал лучшим местом и на деле даже, наверное, в чём-то деградировал. Быть всеведущим не значит быть учёным. Так что, говоря о человеке, который всё знает, мы подразумеваем того, у кого нет «незнания», или неведения.

Будда пошёл дальше и указал истину просветлённого ума другим, чтобы и они тоже смогли разорвать круг страдания; и именно за это сострадание он столь высоко чтим в этом мире. Если человек не знает, как безопасно перемещаться по минному полю, возможно, мы смогли бы быстро разминировать для него проход, даже не ставя его об этом в известность. Но это даст ему лишь временную защиту, и он не узнает всей правды. Если же объяснить человеку, что в таком-то направлении на нескольких милях определённым образом заложены противопехотные мины, это спасёт его и от непосредственного и от будущего страдания. Благодаря этому он пойдёт вперёд и даже поделится своим знанием с другими. Точно так же Будда учил людей быть щедрыми, если они хотят быть богатыми, и быть сострадательными, если хотят победить врагов. Но также он советовал: если хочешь быть богатым, сначала обрети удовлетворённость; если хочешь победить врагов, сначала победи собственный гнев. И наконец, он учил, что страдание можно искоренить окончательно, раз-

рушив представление о «я»: ведь если нет «я», то нет и страдания.

В знак благодарности за дарованные им учения последователи Сиддхартхи почитают его песнопениями и молитвами, в которых он восхваляется за своё могущество, позволяющее ему уместить всю вселенную в одном атоме. Питая такое же благоговение, некоторые последователи желают переродиться в совершенном мире, называемом «поле будды». Поля будд описывают как чистые земли размером с одну бесконечно малую частицу, на которых будды, числом равные числу атомов во всей вселенной, наставляют своих учеников. Как и в случае с ячьим рогом Миларепы, неверующий может относиться к этому как к религиозной небылице, тогда как верующий способен принять этот рассказ без всякой рассудочной критики, полагая: «Конечно же, Будда может это сделать — он всемогущ». Но если мы способны размышлять об истине с точки зрения пустоты, понимая, что нет такой вещи, как «самое малое» и «самое большое», или любых других двойственных отличительных признаков, то становится ясным, что Будда не нуждался в какой-то особой физической силе, чтобы взять весь этот мир и поместить его в один атом. Само понимание, что нет ни большого, ни малого, — и есть та сила, которая делает это возможным. Мы могли бы избавиться от привычки, которая не даёт нам воспринимать вещи подобным, но нам мешает наша ограниченная логика. Мы похожи на женщину, страдающую анорексией или булимией: даже стройная и красивая, она просто не может признать то, что видит в зеркале, хотя другие люди не видят никаких оснований, почему она



считает себя толстой. Будда устранил все подобные помрачения и увидел, что всё — время, пространство, мужской или женский пол, ценности — свободно от двойственности, а потому вселенная может покоиться на единственном атоме. Восхваляя постижение Сиддхартхи, его почитатели поэтически называли его Превзошедшим пространство и время. Даже его ближайшие ученики, архаты, известны тем, что могут видеть небо и ладонь как имеющие один размер, а кусок грязи и кусок золота — как имеющие одинаковую ценность.

Достигнув просветления, Сиддхартха не остановил время и не достиг конца времён. Он просто больше не был запятнан представлением о времени. Говоря, что Сиддхартха устранил все омрачения, связанные со временем и пространством, мы не имеем в виду, что он разбил механизм, отсчитывающий время, или разломал компас, — он полностью вышел за пределы любых представлений о времени и пространстве.

Хотя истинное переживание выхода за пределы времени и пространства непостижимо для нас, рабов времени, мы можем ощутить растяжимость этих понятий в нашем мирском существовании. Даже романтическая увлечённость и страстное желание способны манипулировать временем. Мы знакомимся с кем-то, мечтаем о близости с этим человеком, хотим пожениться, воспитывать детей и даже внуков. Но потом такая мелочь, как слюна, текущая изо рта возлюбленной, возвращает нас к реальности, и все эти будущие поколения исчезают, так и не появившись на свет.

Поскольку блага, приносимые выходом за пределы пространства и времени, столь непостижимы,

нас не влечёт идея осознать их во всей полноте. Мы слишком привыкли к миру, зависимому от времени и пространства, чтобы прилагать усилия для достижения столь эфемерного и неосязаемого вознаграждения. Для нас легче понять тот аспект просветления, который предполагает выход за пределы эмоционального деления на хорошее и плохое, удовольствия и боль, одобрение и неодобрение, а также других двойственных эмоций. Наша уверенность в пространстве и времени понятна — ведь они очень важны для нас сейчас, однако другие понятия и подразделения бесполезны до абсурдности. Двойственность настолько сбивала нас с толку, что мы ежегодно тратим миллионы долларов на уход за своей внешностью. Если бы мы блуждали в одиночестве по пустыне, не было бы никакого смысла выглядеть сногшибательно, а потому очевидно, что мы хотим хорошо выглядеть для других, чтобы привлекать их, соперничать с ними, превзойти их или быть принятыми ими. Когда кто-то говорит: «О, у тебя красивые ноги», мы трепещем от волнения и продолжаем прихорашиваться и жадно ловить комплименты. Эти комплименты словно мёд на лезвии острого ножа.

Многие из нас настолько привязаны к собственным представлениям о красоте, что мы не понимаем: то, что привлекательно для нас, может отталкивать других. Мы становимся жертвами собственных предрассудков и своего тщеславия. Наше тщеславие кормит мощную индустрию косметологии, которая создаёт существенную долю причин и условий, в буквальном смысле разрушающих окружающую среду. Если мы получаем большую похвалу, приправленную шепоткой критики, то всё

своё внимание мы обращаем на критику. Из-за нашей неутолимой потребности выслушивать похвалы, комплименты принимаются как нечто само собой разумеющееся. Тот, кто желает бесконечных похвал и внимания к себе, похож на бабочку, пытающуюся долететь до края неба.

### НИКАКИХ КАТЕГОРИЙ, НИКАКИХ КОНЦЕПЦИЙ, НИКАКИХ ОКОВ

Вместе с такими условными понятиями, как время и пространство, Будда отбросил все тонкие эмоциональные двойственные различия. Похвалу он не предпочитал осуждению, приобретение — потере, славу — безвестности. Он не пребывал ни во власти оптимизма, ни под гнётом пессимизма. Одно не имело для него большей привлекательности и не требовало вложения большей энергии, чем другое. Представьте, что вы больше не поддаётесь на похвалы или нападки, воспринимая их так, как это делал Будда, — просто как звуки, как эхо. Или же вы слушаете их так, как слушали бы на смертном ложе. В этом случае, возможно, нам немного приятно выслушивать от тех, кого любим, какие мы прекрасные и замечательные, но в то же время в нас не возникает ни привязанности, ни бурных эмоций по этому поводу. Мы больше не цепляемся за слова и мнения. Представьте, что мы стали выше взятков и других вещей такого рода, потому что любые мирские искушения кажутся совершенно чуждыми и неинтересными для нас, как листья салата для тигра. Если бы нас было невозможно

подкупить похвалами или расстроить грубыми нападками, мы обрели бы невероятную силу. Мы были бы необыкновенно свободными, для нас потеряли бы смысл надежды и страхи, пот и кровь, вспышки эмоций. Наконец-то мы смогли бы действительно воплотить на практике формулу «мне плевать» (*I don't give a damn* — знаменитая, ставшая крылатой фраза из фильма «Унесённые ветром». — *Прим. пер.*). Не гоняясь за тем, чего жаждут другие, и не избегая того, что они отвергают, мы смогли бы ценить то, что имеем в данный момент. Большую часть времени мы пытаемся продлить то, что нам нравится, мечтаем заменить его в будущем на что-то лучшее или увязаем в прошлом, предаваясь воспоминаниям о более счастливых временах. По иронии мы никогда по-настоящему не ценили то событие, о котором теперь вспоминаем с ностальгией, потому что тогда были слишком заняты своими надеждами и страхами.

Мы словно дети на морском берегу, занятые строительством песочных замков, а возвышенные существа подобны взрослым, наблюдающим за нами, сидя под зонтиком. Дети восхищаются своими творениями, дерутся за ракушки и совки, пугаются накатывающих волн. Они испытывают всевозможные эмоции. А взрослые лежат рядом, потягивают кокосовый коктейль и наблюдают: они не оценивают эти песочные замки, не гордятся, если какой-то из них красивее других, не злятся и не горюют, если кто-то случайно наступит на башню. Драматизм происходящего не захватывает их так, как он захватывает детей. Какого же ещё просветления можно желать?

В светском мире просветлению больше всего соответствовала бы «свобода»: на деле представление о свободе — это движущая сила и в нашей личной жизни, и в обществе. Мы мечтаем о времени и месте, где сможем делать всё, что нам заблагорассудится, — такова Американская Мечта. В своих речах и в конституциях мы воспеваем «свободу» и «права человека», произнося эти слова как чудодейственные мантры, однако на самом деле в глубине души ничего этого не желаем. Если бы нам даровали полную свободу, мы, вероятно, не знали бы, что с ней делать. У нас нет мужества или способности воспользоваться истинной свободой, потому что мы не свободны от собственной гордости, жадности, надежд и страхов. Исчезни вдруг на земле все, кроме одного человека, вот тогда бы он получил для себя полную свободу: мог бы кричать что угодно во весь голос, ходить голым, нарушать законы — хотя не было бы ни законов, ни свидетелей их нарушения. Но рано или поздно ему бы всё это надоело, и, почувствовав себя одиноким, он захотел бы иметь компанию. Само понятие взаимоотношений требует отказа от части своей свободы в пользу других. Поэтому если желание такого одинокого человека осуществится и у него появится спутник, то, наверное, и этот спутник (или спутница) будет вести себя как вздумается и, скорее всего, умышленно или неумышленно посягнёт на его свободу, в чём-то её ограничив. Кого следует в этом винить? Того одинокого человека. Ведь именно из-за своей скуки он сам накликал свою беду. Не будь скуки и одиночества, он мог бы оставаться свободным.

Так мы сами ограничиваем свою свободу. Будь наша воля, мы не ходили бы в праздничном костюме на своём дне рождения и не надевали бы на шею галстук-селёдку, собираясь на очередное собеседование для устройства на работу, — но нам ведь нужно произвести впечатление на людей и приобрести друзей. Мы не можем позволить себе использовать то, что принадлежит к альтернативной или этнической культуре, какая бы мудрость ни была в них заложена, — ведь мы не хотим, чтобы на нас навесили ярлык «хиппи».

Мы живём за решёткой, в темнице обязательств и приличий. Мы столько кричим о правах человека, о невмешательстве в личную жизнь, о праве носить оружие, о свободе слова, но не хотим жить по соседству с террористом. Если речь идёт о других, мы хотим, чтобы они подчинялись правилам. Если другие полностью свободны, мы можем не получить всего, чего хотим. Их свобода может ограничить нашу свободу. Когда в Мадриде взрываются поезда, а в Нью-Йорке рушатся здания, мы ругаем ЦРУ за то, что террористам позволяют разгуливать на свободе. Мы считаем, что именно правительство должно защищать нас от хулиганов. Но хулиганы и террористы считают себя борцами за свободу. Между тем мы хотим быть политически корректными поборниками правосудия, а потому, если нашего соседа с внешностью представителя этнического меньшинства задерживают агенты ФБР, мы, возможно, будем протестовать. Особенно легко быть политкорректным в делах, которые происходят достаточно далеко от нас. Однако существует опасность стать жертвой собственной политкорректности.

## ОТРЕЧЕНИЕ: ЕГО ПРЕДЕЛ - ПРОСТОР НЕБЕС

Если мы искренни в своём стремлении достичь просветления, то нам требуется определённая решимость и усилие, чтобы отречься от того, что для нас представляет большую важность, а ещё от нас потребуется немалая отвага, чтобы в одиночку ступить на этот путь. Те, кто не гонится за славой и приобретениями, те, кто не бежит от осуждения и потерь, могут получить клеймо «ненормальный» или даже «безумный». Если смотреть на происходящее с обычной, обывательской точки зрения, просветлённые существа действительно могут казаться безумными, потому что они не торгуются, не соблазняются материальными благами, не скупают, не ищут острых ощущений, не боятся «потерять лицо», не подлаживаются под правила этикета, никогда не лицемерят в целях личной выгоды, не стараются произвести впечатление на людей и не прибегают ради этого к своим талантам и способностям. Однако если что-то способно будет принести пользу другим, то эти святые сделают всё необходимое: от безупречного соблюдения хороших манер за столом до умелого руководства крупнейшей компанией. На протяжении двух тысяч пятисот лет истории буддизма наверняка существовало бесчисленное множество просветлённых мастеров, никем не признанных или попросту отвергнутых как умалишённые. Очень немногих оценили по достоинству за обладание так называемой безумной мудростью. Но, рассуждая об этом, мы сами и есть настоящие безумцы, которые выворачиваются наизнанку ради похожей на пустое зву-

чание эхо похвалы, убиваются из-за услышанной критики и жадно цепляются за иллюзорное счастье.

Да что там говорить о выходе за пределы времени и пространства: даже стать выше одобрения и порицания кажется для нас недостижимой целью. Но если мы начинаем понимать не только умом, но и чувствами, всем сердцем, что все составные вещи непостоянны, наша привязанность к ним потеряет былую силу. Убежденность в ценности, важности и постоянстве собственных мыслей и материального имущества начинает ослабевать. Если бы мы узнали, что нам осталось жить всего два дня, мы бы стали вести себя по-другому, не так ли? Вряд ли мы были бы озабочены тем, чтобы аккуратно ставить ботинки в идеальный ряд, гладить нижнее бельё или коллекционировать дорогую парфюмерию. Возможно, мы будем продолжать ходить в магазин, но совсем с другим отношением к этому действию. Если мы хоть немного знаем о том, что наши представления, чувства и их объекты подобны сновидению, у нас развивается здоровое чувство юмора. Присутствие чувства юмора в нашей ситуации защищает от страдания. Мы продолжаем ощущать эмоции, но они уже не в силах сделать нас своей безвольной игрушкой или обвести вокруг пальца. Мы можем снова в кого-то влюбиться, но нас не будет пугать перспектива оказаться отвергнутыми. Мы будем пользоваться своими лучшими духами и кремом для лица, а не хранить их для особого случая. Каждый день станет для нас особенным, «тем» днём. Качества Будды невообразимы и невыразимы. Они подобны небесам, у которых нет преде-



лов в пространстве. Наш язык и аналитические способности не идут дальше представления о вселенной. Если птица взлетает всё выше и выше, чтобы найти край неба, наступает момент, когда её возможности исчерпываются и ей приходится вернуться на землю.

Лучшее образное сравнение, передающее суть наших переживаний в этом мире, — это грандиозное сновидение, включающее в себя множество сложных, запутанных историй, взлётов и падений, волнующих и захватывающих событий. Если в одном из эпизодов сна полно чертей и диких зверей, всё, чего мы хотим, — это спастись бегством. Когда, открыв глаза, мы видим вентилятор, вращающийся на потолке, мы облегчённо вздыхаем. Желая поделиться своими переживаниями, мы говорим: «Мне снилось, что за мной гнался чёрт» — и чувствуем облегчение от того, что нам удалось вырваться из лап дьявола. Но дело не в том, что дьявола не стало. Он не входил в вашу комнату ночью, и, когда у вас происходила эта жуткая встреча, его тоже не было рядом. Когда вы пробуждены, достигли просветления, вы тот, кто никогда не был обычным живым существом, никогда не занимался всей этой борьбой. Отныне вам не нужно стоять на страже, опасаясь возвращения дьявола. Став просветлённым, вы уже и помыслить не можете о том времени, когда вы были невежественным, омрачённым существом. Вам больше не нужна медитация. Вам нечего вспоминать, потому что вы никогда ничего не забывали.

Как сказал Будда в *Праджняпарамита-сутре*, все явления подобны сновидению и иллюзии и даже просветление подобно сновидению и иллю-

зии. И даже будь на этом свете что-то, величием и благородством своим превосходящее просветление, и оно было бы подобно сновидению и иллюзии. Его ученик, великий Нагарджуна, писал, что Будда не утверждал, будто после отказа от сансары будет существовать нирвана. Нирвана — это лишь *несуществование сансары*. Нож становится острым в результате расходования двух вещей: расходования точильного камня и расходования металла. Точно так же просветление является результатом исчерпания загрязнений и исчерпания противоядия от загрязнений. В конечном счёте придётся оставить позади и путь к просветлению. Если вы до сих пор продолжаете считать себя буддистом, это значит, что вы всё ещё не будда.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

**В** наше время часто встречаются люди, смешивающие и комбинирующие различные религии, чтобы получить то, что их устроило бы. Пытаюсь быть выше разграничений, они стараются объяснить христианские понятия с точки зрения Будды или найти сходство между буддизмом и суфизмом или между дзэном и бизнесом. Разумеется, мы всегда можем найти хотя бы небольшие сходства между любой парой существующих вещей, но не думаю, что такие сравнения необходимы. Хотя все религии в основании своём имеют некую гуманистическую идею или цель и, как правило, это облегчение страданий, между ними существуют принципиальные различия. Различные духовные традиции можно сравнить с различными лекарственными препаратами, и, подобно лекарствам, их цель — уменьшение страдания, но они отличны друг от друга, поскольку предназначаются для разных больных и болезней. Если вы обожглись ядовитым сумахом, вам нужна примочка из каламина. Если у вас лейкемия, вам следует не пытаться найти

сходство между каламиновой примочкой и химиотерапией, чтобы обосновать применение каламина, поскольку он вам больше нравится. Точно так же нет никакой необходимости путать между собой разные религии.

На этих страницах я попытался дать вам некоторое представление об основах буддийского воззрения. Во всех религиях воззрение является основой практики, потому что именно оно определяет наши побуждения и действия. Совершенно верно, что «внешность бывает обманчива». Мы действительно не можем судить о своих ближайших соседях единственно по тому, как они выглядят. Посему очевидно: мы не можем оценивать столь личное явление, как религия, по одним лишь внешним признакам. Мы не можем оценивать религии даже по тем практикам, нормам морали, нравственности или этическому кодексу поведения, которые они проповедают.

## ВОЗЗРЕНИЕ - КЛЮЧЕВОЙ ОРИЕНТИР

Воззрение — сердцевина любой религии. На межконфессиональных конгрессах нам приходится дипломатично высказываться о том, что по сути все религии одинаковы. Но на самом деле в каждой из них есть своё особое воззрение, и никто, кроме вас самих, не может судить, лучше ли одно воззрение, чем другое. Только вы, как самостоятельная личность, индивид со своими уникальными умственными способностями, пониманием, чувствами и воспитанием можете выбрать воззре-

ние, которое наиболее подходит вам. Разнообразие подходов, словно обильный «шведский стол», даёт возможность каждому выбрать что-то для себя. Например, *ахимса* (отказ от насилия и причинения вреда любым формам жизни. — *Прим.пер.*), основная идея джайнизма, настолько прекрасна, что остаётся только удивляться, почему эта великая духовная традиция не процветает так, как другие религии. А христианская идея любви и спасения принесла мир и гармонию в сердца миллионов.

Внешние атрибуты этих религий могут показаться для непосвящённых чуждыми и странными. Многие из нас по объяснимым причинам побаиваются древних религий и верований, в которых не видят здравого смысла. Например, многие недоумевают по поводу шафрановых одеяний и бритых голов буддийских монахов, потому что всё это кажется им несовместимым с наукой, экономикой и современной жизнью вообще. Мне было бы очень любопытно узнать, что такие люди подумали бы, если бы им довелось перенестись в какой-нибудь тибетский монастырь и увидеть изображения гневных божеств и обнажённых женских тел в эротических позах. Они могут подумать, что перед ними какая-то экзотическая разновидность Камасутры или, ещё хуже, свидетельство безнравственности или сатанизма.

Непосвящённые могут быть шокированы и видом нагих аскетов-джайнов, и тем, что индуисты поклоняются богам, обликом своим напоминающим коров или обезьян. Некоторым трудно понять, почему мусульмане используют свою глубокую философию, выступающую против поклонения идо-

лам, как оправдание уничтожения священных символов других религий, хотя в Мекке, одном из самых священных мест ислама, находится Кааба, священный «чёрный камень», — материальный объект поклонения, привлекающий миллионы мусульманских паломников ежегодно. Для тех, кто не разбирается в христианстве, может быть непонятным, почему из всей жизни Христа христиане избрали не момент его славы, а самый мрачный эпизод на кресте. Они могут счесть непостижимым, что главный символ, крест, заставляет Спасителя казаться столь беспомощным. Но всё это внешние черты. Судить или оценивать духовный путь или религию по внешним проявлениям неразумно. Это может лишь породить предрассудки и предубеждения.

Не могут быть определяющим фактором в оценке той или иной религии и строгие нормы поведения, предписанные её последователям. Приверженность правилам ещё не свидетельствует о добродетельности. Известно, что Гитлер был вегетарианцем и очень чистоплотным человеком. Однако дисциплинированность и аккуратность сами по себе не добродетель. Да и кто, собственно, определяет, что такое «хорошо»? Что в одной религии считается благом, в другой может считаться злом или чем-то несущественным. Например, мужчины сикхи никогда не стригут волос на голове и бород, тогда как монахи и на Востоке и на Западе чаще всего бреют головы, а протестанты могут поступать со своими волосами так, как им заблагорассудится. В каждой религии есть глубокое объяснение присущих ей символов веры, обетов и практик: почему недопус-

тимо есть свинину или креветок, почему требуется бриться или почему это запрещено. Но среди этих бесчисленных предписаний и запретов в каждой религии должно быть основополагающее воззрение, и именно это воззрение имеет первостепенное значение.

Воззрение — это решающий ориентир, определяющий, позволительно ли то или иное действие. Поведение оценивается в зависимости от того, насколько оно согласуется с воззрением. Например, если вы живёте в Венис-Бич в Калифорнии и убеждены в том, что быть стройным и худощавым хорошо, то у вас есть намерение похудеть, вы размышляете на берегу о том, как это было бы прекрасно, а поведение ваше может заключаться в том, что вы избегаете в своей диете избытка углеводов.

Теперь предположите, что вы борец сумо и живёте в Токио. Ваша точка зрения заключается в том, что быть невероятно толстым хорошо, у вас есть намерение существенно прибавить в весе, и вы размышляете о том, что борец сумо не может быть тощим. Ваше поведение заключается в том, чтобы есть как можно больше риса и пончиков. Таким образом, поедание булочек будет считаться хорошим или плохим действием в зависимости от ваших взглядов. Вот почему мы можем ошибочно думать, что человек, воздерживающийся от мяса, делает это из сострадания, тогда как на самом деле он просто считает мясо вредным продуктом, потому что от него повышается уровень холестерина в крови. По сути, никто не может судить о поступках других людей, если он в полной мере не понимает их мировоззрение.

Все методы буддизма можно объяснить с точки зрения четырёх печатей: все составные явления непостоянны, все эмоции суть страдание, все вещи не имеют независимого бытия, а нирвана — вне представлений. Все действия и практики, предписываемые буддийскими священными трактатами, опираются на эти четыре истины, или печати.

В сутрах махаяны Будда рекомендует своим последователям не есть мяса. Причинять прямой вред другим существам не только безнравственно, употребление мяса к тому же противоречит четырём печатям. Ведь если вы едите мясо, в некотором смысле вы делаете это для поддержания своей жизни. Это желание связано со стремлением жить вечно, продлить свою жизнь за счёт другого существа. Если поедание другого существа безусловно обеспечивало бы продление вашей жизни, то с эгоистической точки зрения в этом был бы смысл. Однако, сколько бы мёртвых тел вы ни запихивали себе в рот, вы всё равно раньше или позже умрёте. Возможно, активное употребление мяса даже приблизит вашу кончину.

Мясо употребляют и из буржуазно - престижных соображений: икрой лакомятся, потому что это шикарно, пенисы тигров едят для повышения половой силы, а суп из птичьих гнёзд — для омоложения кожи. Такие поступки крайне эгоистичны: ради ваших прихотей другие расстаются с жизнью. Или же попробуйте представить себе обратную ситуацию. Мы, люди, не способны стерпеть даже укус комара, а теперь вообразите, как вы сидите в битком набитой клетке вместе с членами своей семьи и друзьями в ожидании, когда вас забьют ради



мяса, или как вас откармливают в неволе, чтобы пустить на котлетный фарш.

Мнение, что та или иная наша прихоть стоит жизни другого существа, — это яркое проявление нашей привязанности к своему «я». Привязанность к «я» — это неведение, а неведение, как мы видели, приводит к страданию. Если речь идёт об употреблении мяса, то это сопряжено с причинением страдания другим. Поэтому в сутрах махаяны рекомендуется выполнять практику, в которой нужно ставить себя на место этих существ, и воздерживаться от употребления мяса из чувства сострадания. Запрещая есть мясо, Будда имел в виду любое мясо. Он не выделял говядину из сентиментальных соображений или свинину, потому что она нечиста, не говорил он и что можно есть рыбу, потому что у неё, дескать, нет души.

## ПРЕВОСХОДНАЯ ЛОГИКА четырёх печатей

В качестве примера первой печати — непостоянства — рассмотрим щедрость. Начиная постигать первую истину, мы видим, что всё вокруг нас недолговечно и бесполезно, будто оно взято из мешка для подношений Армии спасения. Нам необязательно от всего отказываться, но нам нет нужды привязываться к внешним объектам. Поняв, что наше имущество — это всё непостоянные составные явления, что мы не можем удерживать его вечно, мы уже на практике совершенствуем свою щедрость.

Постигая вторую печать, то, что все эмоции — страдание, мы понимаем, что этот скупец, наше «я», и есть главный виновник, порождающий в нашем уме чувство бедности и обделённости. Следовательно, если мы не привязываемся к «я», то нам незачем привязываться к своему имуществу и мы никогда более не испытаем мук нищеты. Щедрость становится для нас источником радости.

Постигая третью печать, то, что все вещи лишены независимого бытия, мы понимаем тщетность привязанности: ведь всё, к чему мы привязаны, не имеет никакой истинно существующей природы. Это всё равно что видеть сон, в котором вы раздаёте миллион долларов проходим на улице. Вы можете так щедро раздавать деньги, потому что они вам приснились, но в то же время вы способны в полной мере получать удовольствие от этого бескорыстного поступка. Щедрость, базирующаяся на этих трёх воззрениях, неизбежно приводит нас к пониманию того, что наше щедрое даяние не преследует никакой цели. Это не жертвоприношение, выполняемое с тем, чтобы получить признание или обеспечить себе лучшее перерождение.

Щедрость без бирки с указанием стоимости, без ожидания награды, дивидендов или похвалы даёт возможность понять четвёртый аспект воззрения, истину о том, что освобождение, просветление — вне концепций и представлений.

Если измерять совершенство добродетельных действий, например щедрости, материальными мерками — тем, насколько она уменьшила бедность на планете, — то мы никогда не сможем сказать, что достигли в них совершенства. Нужда и

желания обездоленных бесконечны, и их невозможно в полной мере утолить. В равной степени бесконечно и желание богатства, и в целом можно смело утверждать, что человеческие желания никогда не могут быть удовлетворены. По мнению Сиддхартхи, щедрость следует измерять уровнем привязанности, которую человек питает к тому, что отдаёт в дар, и к своему «я», которое совершает акт даяния. Поняв, что «я» и всё, чем оно владеет, непостоянно и не имеет никакой истинной природы, вы обретаете непривязанность — она-то и есть совершенная щедрость. По этой причине первое, к чему призывают буддийские сутры, — это практика щедрости.

#### БОЛЕЕ ГЛУБОКОЕ ПОНИМАНИЕ КАРМЫ, ЧИСТОТЫ И НЕНАСИЛИЯ

Понятие кармы, ставшей своего рода «брендом» буддийского учения, тоже является частью этих четырёх истин. Когда сходятся воедино необходимые причины и условия, тогда, при отсутствии каких-либо препятствий, проявляются их последствия. Последствия — это карма. Карму накапливает сознание — ум, или «я». Если «я» действует из жадности или ненависти, создаётся отрицательная карма. ЕСЛИ же побудительной причиной действия является любовь, терпимость и желание счастья другим, создаётся положительная карма. Однако и намерение, и действие, и последующая карма — всё это, по сути, подобно сновидению, ИЛЛЮЗИИ. ВЫХОД за пределы кармы, и плохой и хорошей, — это нир-

вана. Любое так называемое «благое действие», которое не основано на этих четырёх положениях, представляет собой просто добродетельный поступок, но по своей сути не является путём Сиддхартхи. Даже если вам удастся накормить досыта всех голодных в мире при условии полного отсутствия у вас этих четырёх аспектов воззрения, действие ваше явится простой добродетелью, а не путём к просветлению. Более того, этот поступок может стать добродетельным актом, призванным на деле укрепить и поддержать ваше эго.

Именно благодаря этим четырём истинам буддисты могут практиковать очищение. Если человек думает, что он отягощен неблагой кармой, или слаб, или «грешен», и удручен, считая эти препятствия неустранимой преградой на пути к просветлению, то он может утешиться знанием того, что они являются составными, а потому непостоянными и, следовательно, поддаются очищению. С другой стороны, если человек ощущает нехватку сил и способностей или благих заслуг, он может утешиться знанием того, что заслуги можно накопить, совершая благие поступки, поскольку недостаток заслуг также непостоянен, а потому ситуацию можно изменить.

Буддийская практика ненасилия — это не просто безропотное смирение с улыбкой на устах или кроткая погружённость в себя. Коренная причина насилия заключается в том, что человек одержим некой заведомо нереалистичной идеей, например о справедливости или нравственности. Такая одержимость обычно проистекает от привычки держаться двойственных оценок: плохое и хорошее, безобразное и красивое, безнравственное и нравственное. Чувство упрямого самодовольства занимает всё

наше пространство, не оставляя места для сочувствия другим существам. Здравый смысл покидает нас. Понимание того, что все эти взгляды или ценности являются составными и непостоянными точно также, как и человек, который их поддерживает, помогает избежать насилия и жестокости. Если у вас нет эго, нет привязанности к своему «я», то нет и никаких оснований быть жестоким. Если человек понимает, что его враги находятся под непосильным гнѐтом их собственных неведения и ненависти, что они — рабы своих привычек и стереотипов мышления, то их легче простить за досаждающие нам поведение и поступки. Точно также нет смысла всерьѐз обижаться на пациента клиники для умалишённых. Преодолев веру в крайности двойственного восприятия, мы оставляем далеко позади все причины насилия и жестокости.

#### ЧЕТЫРЕ ПЕЧАТИ: КОМПЛЕКСНОЕ РЕШЕНИЕ

В буддизме любое действие, упрочивающее или усиливающее четыре воззрения, — это правильный путь. Даже практики, которые внешне кажутся ритуальными, как, например, подношение курящихся благовоний или эзотерические медитации и мантры, предназначаются для того, чтобы перенести внимание на эти истины или на одну из них.

Всѐ, что противоречит четырѐм печатям, в том числе некоторые действия, которые могут казаться продиктованными любовью и состраданием, не

являются частью пути. Даже медитация, посвященная пустоте, становится голым отрицанием, не чем иным, как крайностью нигилизма, если она не согласуется с этими четырьмя истинами.

Мы можем сказать, что эти четыре положения — основа и фундамент буддизма. Мы называем их истинами, потому что это просто факты, некая данность. Их никто не изобрёл, они не мистическое откровение Будды. Они не приобрели силу только после того, как им стал учить Будда. Жить согласно этим принципам — не ритуал и не какая-то особая техника. Они не оцениваются как мораль или этика, и их нельзя запатентовать или присвоить. В буддизме нет таких понятий, как «неверный» или «богохульник», потому что нет того, кому нужно сохранять верность, в ком можно было бы сомневаться и кого хулить. Однако тех, кто не знает или не принимает эти четыре факта, буддисты считают людьми невежественными. Такое неведение не является основанием для нравственного осуждения. Если человек не верит, что люди высадились на Луне, или считает, что мир плоский, учёный назовёт его просто невежественным, а никак не богохульником или еретиком. Точно так же, если человек не верит в четыре печати, он не является неверным. На самом деле, если кто-то доказал бы, что логика четырёх печатей ошибочна, что привязанность к «я» на самом деле никакое не страдание или что какой-то элемент бытия не подчиняется закону непостоянства, то буддистам пришлось бы добровольно последовать именно этому, вновь открытому пути. Ведь то, что мы ищем, — просветление, а просветление означает постижение истины. Од-

нако до сих пор за все прошедшие столетия не появилось ни одного доказательства, способного опровергнуть четыре печати воззрения.

Если вы не придаёте значения четырём печатям, но настаиваете, чтобы вас считали буддистом просто потому, что вы так любите эту традицию, то это будет весьма поверхностным следованием буддийскому учению. Буддийские наставники полагают, что, как бы вы себя объявляли, — если вы не верите в эти истины, то будете продолжать жить в мире иллюзий, считая его незбылемым и реальным. Хотя такая вера на какое-то время дарует блаженное неведение, в конечном счёте она всегда порождает ту или иную форму беспокойства и сомнений. После этого вы тратите всё своё время на разрешение проблем и попытки избавиться от своих тревог. Постоянная необходимость решать проблемы становится чем-то вроде пагубной привычки. Сколько проблем вы уже решили только для того, чтобы увидеть, как на их месте возникают новые? Если вам действительно нравится этот замкнутый круг, то вам не на что жаловаться. Но если вы понимаете, что решению проблем никогда не придёт конец, то это станет для вас началом поиска сокровенной истины. Хотя буддизм не предлагает решения всех мирских проблем и не даёт рецептов установления социальной несправедливости, но если вы стремитесь работать в этом направлении и вам посчастливится найти взаимопонимание с Сиддхартхой и его учением, то, возможно, эти истины покажутся вам вполне разумными и полезными. В таком случае вам следует подумать о том, чтобы следовать этому учению со всей серьёзностью.

## БОГАТСТВО - В ОТРЕЧЕНИИ

Как последователю Сиддхартхи, вам нет необходимости подражать каждому его действию: например, бежать из дома, пока жена спит. Многие думают, что буддизм — синоним отречения, что необходимо, оставив дом, семью и работу, вступить на путь аскета. Такое представление отчасти объясняется тем, что в буддийских текстах и учениях огромное число буддистов выражают почтение нищенствующим монахам, подобно тому, как христиане восхищаются Франциском Ассизским. Нас не может не впечатлять образ Будды, идущего босиком по Магадхе со своей чашей для подаяния, или Миларепы, уединившегося в пещере и питающегося одной крапивной похлёбкой. Безмятежность простого бирманского монаха, живущего на одни подаяния, захватывает наше воображение.

Но есть совсем другие последователи Будды, например царь Ашока, который сошёл со своей царской колесницы, украшенной жемчугом и золотом, и заявил о своём желании распространять Дхарму Будды по всему миру. Он опустился на колени, зажал в кулаке горсть песка и поклялся, что построит столько ступ, сколько песчинок в его руке. И он сдержал своё обещание. Так что можно быть царём, купцом, проституткой, наркоманом, важным чиновником и при этом принимать четыре печати. По сути, буддисты стремятся не оставить материальный мир, а обрести способность понимать, что такое привязанность к этому миру и к себе самим, и отказаться от этого пагубного цепляния.



Начиная понимать четыре печати, мы не обязательно отказываемся от всего, что имеем, но начинаем изменять своё отношение к вещам, тем самым изменяя их значение. Одно лишь то, что у вас меньше имущества, чем у кого-то другого, вовсе не означает, что вы более высоконравственны или добродетельны. На самом деле даже скромность может быть разновидностью притворства и лицемерия. Если мы понимаем отсутствие независимой сущности и непостоянство материального мира, отречение не будет иметь ничего общего с самобичеванием. Оно не подразумевает жестокости к самому себе. Слово «жертва» приобретает совсем другое значение. Если мы вооружены этим пониманием, все блага этого мира становятся для нас не более значимыми, чем плевки в придорожной пыли. Мы расстаёмся с ними без всяких сожалений. Расставание с подобной сентиментальностью и сожалениями — это путь блаженства, *sugata*. Если отречение понимать как блаженство, то истории многих других индийских царевен, царевичей и военачальников, которые некогда оставили свой дворец, становятся менее диковинными и куда более понятными.

Эта любовь к истине и почитание искателей истины — древняя традиция, характерная для таких стран, как Индия. Даже в наши дни в индийском обществе вовсе не смотрят свысока на тех, кто отрёкся от мирских благ, а относятся к ним почти так же уважительно, как мы относимся к профессорам Гарвардского и Йельского университетов. Хотя в наш век торжества материальной культуры эта традиция постепенно умирает, всё ещё можно встретить нагих и покрытых пеплом аскетов-садху, которые бросили успешную адвокатскую практику,

чтобы стать странниками, живущими подаванием. У меня мурашки бегут по коже, когда я вижу, как индийский народ почитает этих людей, вместо того чтобы гнать их прочь, словно презренных и докучливых нищих. Я не могу удержаться от того, чтобы не вообразить их в отеле «Марриотт» в Гонконге. Что подумали бы об этих вымазанных пеплом ски-тальцах китайские нувориши, отчаянно пытающиеся копировать всё западное? Открыл бы швейцар перед ними двери? А как реагировал бы на их появление консьерж в престижном жилом комплексе «Белэр» в Лос-Анджелесе? В наш век люди поклоняются не истине, а «мудрости» рекламных щитов и почитают не садху, а липосакцию.

## ПРИНЯТЬ МУДРОСТЬ, ОТВЕРГНУТЬ ИЗВРАЩЁННУЮ МОРАЛЬ

Читая эти строки, возможно, вы думаете о себе: я щедр и не так уж сильно привязан к своему имуществу. Возможно, вы и впрямь не скряга, но при всей вашей щедрости, если кто-то унесёт ваш любимый карандаш, вы можете так разозлиться, что готовы будете откусить ему ухо. Или, например, вам будет очень неприятно, если кто-то вас укорит: «И это всё, что вы можете дать?» Отдавая, мы находимся во власти понятия «щедрость». Нас привлекает результат: если не хорошее перерождение, то, по крайней мере, признание в этой жизни или, допустим, мемориальная доска на стене дома, где мы жили. Также я встречал много людей, которые считают себя щедры -

ми, потому что давали деньги какому-нибудь музею или даже собственным детям, от которых они ожидают пожизненной признательности и уважения.

Если нравственность не подкреплена четырьмя истинами, она может быть запросто извращена. Моралью питается наше эго, из-за чего мы становимся пуританами и охотно судим других, чья мораль отличается от нашей. Одержимые собственной версией морали, мы презираем других людей и пытаемся навязать им свою этику, даже если в результате этого они лишатся своей свободы. Шантидева, великий индийский учёный и святой, который сам был царским сыном, отказавшимся от трона, учил, что нам невозможно уберечься от встречи с чем-то пагубным, но если мы можем применить хоть одно из этих четырёх убеждений, то будем защищены от любого зла. Если считать весь Запад сатанинской или безнравственной цивилизацией, то его будет невозможно победить и перевоспитать, но если вы сами преисполнитесь терпимости, то это будет равносильно победе. Вы не сможете сделать гладкой всю землю, чтобы по ней было легче ходить босиком, но, надев башмаки, вы защитите свои ноги от острых камней и колючек.

Если мы сможем понять эти четыре истины не только умом, но и на собственном опыте, то мы начнём освобождаться от одержимости иллюзорными благами этого мира. Такую свободу мы и называем мудростью. Мудрость буддисты почитают превыше всего. Мудрость превыше нравственности, любви, здравого смысла, терпимости и вегетарианства. Это не Божественный дух, который мы ищем где-то вовне, а не в самих себе.

Мы пробуждаем её к жизни, впервые услышав учения о четырёх печатях воззрения. Мы принимаем их не как некую бесспорную данность, но всесторонне исследуя и размышляя. Если вы убеждены, что этот путь избавит вас от некоторых заблуждений и принесёт какое-то облегчение, то вы сможете по-настоящему претворить мудрость в практику.

Один из древнейших методов в буддийском учении заключается в том, что учитель даёт ученикам кость и велит им размышлять о её происхождении. Благодаря этому размышлению ученики в итоге понимают, что кость — конечный результат рождения, рождение — конечный результат кармических совокупностей, кармические совокупности — конечный результат вождения, и так далее. Придя к полной убеждённости благодаря рассмотрению логической связи причины, условия и результата, они начинают применять всю полноту внимания к каждой ситуации и к каждому моменту. Именно это мы называем медитацией. Тех, кто способен донести до нас такие сведения и понимание, почитают как учителей, потому что, хотя они обрели глубокое постижение и с удовольствием жили бы в лесной тиши, они по доброй воле остаются в миру, чтобы объяснять воззрение тем, кто ещё погружён во тьму неведения. Поскольку их учение освобождает нас от всевозможных нежелательных явлений, мы не можем не чувствовать к ним признательности. Поэтому мы, буддисты, почитаем учителей.

Приняв воззрение умом, вы можете применять любой метод, углубляющий ваше понимание и

постижение. Иными словами, вы можете использовать любые технические приёмы и практики, которые помогают вам преобразовать привычку считать вещи незыблемыми в привычку видеть их как составные, взаимозависимые и непостоянные. Истинная буддийская медитация, практика заключается именно в этом, а вовсе не в том, чтобы просто сидеть неподвижно, уподобившись пресс-папье.

Хотя умом мы понимаем, что нам придётся умереть, это знание может скрыться из нашего поля зрения даже из-за такой малости, как случайный комплимент. Кто-то говорит, что у нас изящные пальцы, и тут же у нас появляется пунктик: мы стараемся всячески беречь свои пальцы и ухаживать за ними. Вдруг у нас появляется чувство, что нам есть что терять. В наше время на нас постоянно обрушивается масса опасностей что-то потерять и масса возможностей что-то приобрести. Нам больше, чем когда-либо, нужны методы, которые напоминали бы нам о воззрении и помогли по-настоящему интегрировать, укоренив в своём сознании. Возможно, нам даже нужно вешать человеческую кость на зеркало заднего вида в автомобиле, если уж не брить голову и не удаляться в пещерное затворничество высоко в горах. В сочетании с этими методами этика и нравственность становятся полезными. В буддизме этика и нравственность могут быть второстепенными вещами, но они важны, если приближают нас к истине. Но если какое-то действие, полезное и хорошее на вид, отдаляет вас от четырёх истин, то сам Сиддхартха предупреждал, что лучше от такого поступка отказаться.

## ЧАИ И ЧАШКА: МУДРОСТЬ В РАМКАХ КУЛЬТУРЫ

Четыре печати можно сравнить с чаем, а средства, помогающие претворить их в жизнь: практики, ритуалы, традиции и внешние атрибуты культуры — с чашкой. В отличие от истины, практики и методы — это нечто зримое и осязаемое. Люди более склонны сидеть с прямой спиной в тихом месте на подушке для медитации, чем размышлять о том, что наступит раньше: завтрашний день или следующая жизнь. Внешние практики видны невооружённым глазом, а потому ум, недолго думая, навешивает на них ярлык «буддизм», «медитация», тогда как идея «всё составное непостоянно» неосязаема и на неё навесить ярлык трудно. По иронии доказательства непостоянства окружают нас повсюду, но остаются неочевидными и незамеченными.

Суть буддизма выходит за рамки любой отдельно взятой культуры, но он практикуется во многих странах и традициях, использующих присущий им культурный формат как чашку, в которой содержатся учения. Если элементы этих внешних атрибутов культуры помогают другим существам, не причиняя им вреда, и если они не противоречат четырём истинам, то Сиддхартха приветствовал бы такие практики.

На протяжении веков было создано великое множество разновидностей и фасонов чашек, но, как бы ни было прекрасно намерение, подвигнувшее людей на их создание, и как бы хорошо они ни выполняли свою функцию, они превращаются в препятствие, если мы забываем о том чае, который находится внутри. Хотя их назначение — содержать

истину, мы склонны сосредоточиваться на средствах, а не на результате. А потому люди ходят с пустыми чашками или забывают выпить чаю. Нас, людей, завораживает или по меньшей мере отвлекают пышность и красочность буддийских практик в той или иной культуре. Курящиеся благовония и масляные светильники так необычны и привлекательны, а непостоянство и отсутствие независимого «я» — вовсе нет. Сам Сиддхартха сказал, что лучший способ поклонения — просто помнить о принципе непостоянства, о страдании, проистекающем от эмоций, об отсутствии независимого бытия явлений и о том, что нирвана — вне представлений.

С виду буддизм может показаться типичной религией и совокупностью ритуалов. Такие буддийские атрибуты, как тёмно-красные одежды, сложные церемонии и ритуальные принадлежности, благовонные курения и цветы и даже монастыри, имеют форму — их можно наблюдать и фотографировать. Мы забываем, что человек не становится последователем Будды только потому, что выполняет ритуалы или соблюдает такие правила, как ношение особой одежды и отказ от употребления мяса в пищу. Однако человеческий ум настолько любит символы и ритуалы, что они кажутся ему совершенно обязательными и незаменимыми. Тибетские песчаные мандалы и дзэнские сады японцев воистину прекрасны: они могут вдохновлять нас и даже служить средством познания истины. Но сама истина не бывает ни красивой, ни некрасивой.

Хотя мы могли бы, наверное, обойтись без таких вещей, как красные шапки, жёлтые шапки, чёрные шапки, существуют некоторые ритуалы и правила, которые могут быть рекомендованы всем. Никто с

полной уверенностью не может сказать, что если вы размышляете об истине, то недопустимо медитировать, лёжа в гамаке и держа в руке стакан с экзотическим коктейлем, украшенный зонтиком. Однако если при этом сидеть с прямой спиной, то подобная техника окажется весьма полезной. Правильная поза не только комфортна, практична, но и способна лишать ваши эмоции их обычной быстроты реакции, с которой они вас захватывают и увлекают за собой. Такая поза даёт вам возможность стать более сдержанным. Другие установившиеся ритуалы, такие как групповые церемонии и поддержание системы религиозной иерархии, могут быть отчасти полезны, но важно заметить, что они издревле были излюбленной мишенью для сарказма со стороны учителей прошлого. Сам я думаю, что именно из-за этих ритуалов многие люди на Западе относятся к буддизму как к очередному культу, хотя в четырёх истинах не найти и намёка на какую-либо «культость» или «сектантство».

Теперь, когда на Западе наблюдается расцвет буддизма, я слышал о людях, которые переделывают и адаптируют буддийские учения, приспособив их к современному образу мышления. Если что и можно было бы приспособить, то это ритуалы и символы, но не саму истину. Будда сказал, что преподанные им методы и правила поведения следует изменять в зависимости от времени и места. Но четыре истины не нуждаются ни в какой адаптации и корректировке, да к тому же это и невозможно. Можно поменять чашку, но чай останется чистым. Пережив две с половиной тысячи лет и пройдя путь в 12 430 километров от дерева бодхи в Центральной Индии до Тайме-сквер в Нью-



Йорке, утверждение «всё составное непостоянно» всё так же справедливо и нисколько не утратило своей актуальности. Непостоянство осталось непостоянством и на Тайме-сквер. С этими четырьмя правилами невозможно ничего сделать, какова бы ни была общественная или культурная среда, обрамляющая их.

В отличие от некоторых религий буддизм — это не набор средств для выживания, в котором предписывалось бы, сколько мужей должно быть у жены, где платить налоги или как наказывать воров. На самом деле, строго говоря, у буддистов даже нет устоявшихся свадебных ритуалов. Задачей учения Сиддхартхи не было говорить людям то, что они хотели бы услышать. Он учил потому, что у него было сильное желание освободить других от заблуждений и бесконечных ложных толкований истины. Однако, чтобы доходчиво объяснить эти истины, Сиддхартха учил разными способами и средствами в зависимости от потребностей тех или иных своих слушателей. Эти различные способы подачи учения теперь получили названия разных школ, или традиций буддизма. Но основополагающее воззрение во всех школах одно и то же.

В большинстве традиционных религий обычно бывает некий верховный иерарх, духовный лидер. В некоторых религиях, например в Римско-католической церкви, существует сложная иерархия, во главе которой стоит лицо, наделённое полнотой власти для принятия решений и вынесения вердиктов. Вопреки распространённому мнению в буддизме нет такой фигуры или института. Далай-лама является светским лидером для тибетской об-

щины в изгнании и духовным учителем для многих людей во всём мире, но не обязательно для всех буддистов.

Ни в одной из разнообразных буддийских традиций, которые существуют в Тибете, Японии, Лаосе, Китае, Корее, Камбодже, Таиланде, Вьетнаме или на Западе, никто не обладает правом решать, кто истинный буддист, а кто нет. Никто не может заявить, кого следует наказывать, а кого нет. Это отсутствие централизованной власти может стать причиной хаоса, но может и обернуться благом, потому что в любом человеческом институте любая власть подвержена коррупции.

Будда сказал: «Вы сами себе учитель». Разумеется, если сведущий учитель прилагает усилия, чтобы объяснить вам истину, то вам несказанно повезло, и вы — счастливейшее существо. В некоторых случаях таких учителей надлежит почитать больше, чем Будду, потому что в этот мир может явиться тысяча будд, но лично для вас именно ваш учитель принесёт освобождающую истину к вашему порогу. Принятие духовного проводника целиком зависит от вас самих. Вы имеете право тщательно анализировать и проверять потенциально-го наставника. Если вы убедились в подлинности и компетентности учителя, то принимать его, быть смиренным и радоваться его наставлениям становится частью вашей практики.

Зачастую уважение путают с религиозным рвением. Из-за неизбежных внешних проявлений, а также из-за недостатка опыта у некоторых буддистов со стороны может показаться, что мы поклоняемся Будде и учителям линии преемственности, как если бы они были богами.

В том случае, если вы сомневаетесь, как выбрать правильный путь, просто вспомните, что любой путь, который не противоречит четырём истинам, должен заслуживать доверия. В конечном счёте буддизм защищают и поддерживают не высокопоставленные ламы, а четыре истины.

Нельзя переоценить значимость понимания истины — самого важного аспекта буддизма. В течение столетий учёные и мыслители в полной мере пользовались предложением Сиддхартхи анализировать его открытия. Доказательством этому служат сотни книг, в которых всесторонне исследуются и обсуждаются его слова. На самом деле, если вы интересуетесь буддизмом, вам настоятельно советуют прояснять любые сомнения, и при этом вы совершенно не рискуете быть заклеймённым как богохульник. Бесчисленные мудрецы прошлого начинали свой путь с признания мудрости и проницательности Сиддхартхи. Только после этого они были готовы верить в него и быть преданными его учению. Именно по этой причине в древности царицы и придворные, не раздумывая, оставляли свои дворцы в поисках истины.

## ПРАКТИКА ГАРМОНИИ

Отставив в сторону глубокие истины, можно сказать, что в наши дни игнорируются истины даже самые практические и очевидные. Мы похожи на обезьян, которые живут в лесу и гадят на те самые ветки, на которых висят. Каждый день мы слышим разговоры о плачевном состоянии экономики,

причём люди не осознают связи между её спадом и собственной жадностью.

Из-за людской алчности, ревности и высокомерия мировая экономика никогда не будет достаточно сильной, чтобы обеспечить каждому человеку удовлетворение всех его основных потребностей. Наш дом, Земля, всё больше и больше загрязняется. Я встречал людей, которые осуждают древних правителей и императоров, а также древние религии как источник всех конфликтов на земле. Однако наша просвещённая и светская цивилизация ничего не улучшила в этом мире, но, пожалуй, даже ухудшила положение дел. Что стало лучше в современном мире? Одно из главных достижений науки и техники — это возможность разрушить нашу планету в считанные секунды. Многие учёные полагают, что все биологические системы и все системы, обеспечивающие жизнь на земле, постепенно приходят в упадок.

Для современных людей вроде нас сейчас самое время задуматься над духовными вопросами, даже если у нас нет времени сидеть на подушке для медитации, даже если у нас не вызывают особой симпатии те, кто носит чётки на шее, и даже если мы стесняемся показать друзьям свою симпатию к религии. Размышление о непостоянстве всего, что мы воспринимаем, и о страдании, проистекающем от привязанности к «я», рождает покой и гармонию — если не во всём мире, то по крайней мере в нашем ближайшем окружении.

Пока вы принимаете и практикуете эти четыре истины, вы являетесь практикующим буддистом. Вы могли прочитать о них где-то, просто чтобы развлечься или получить пищу для ума, но если вы

не воплощаете их на практике, то будете напоминать больного, который читает этикетки на аптечных пузырьках, но никогда не принимает лекарства. И напротив, если вы действительно практикуете буддийский путь, нет никакой нужды выставлять напоказ, что вы буддист. На самом деле вполне допустимо скрывать, что вы буддист, если это поможет вам играть некую полезную роль в обществе. Однако помните, что, раз вы буддист, ваша задача — по мере возможности воздерживаться от причинения вреда другим существам и стараться по мере сил приносить им максимальную пользу. Это не такой уж огромный труд, потому что, если вы по-настоящему принимаете эти истины и размышляете о них, подобного рода поступки будут совершаться сами собой.

Кроме того, важно понять, что, раз вы буддист, вы не призваны и не обязаны обращать в буддизм остальной мир. Буддисты и буддизм — разные вещи, как демократы и демократия. Я уверен, что многие буддисты делали и делают ужасные вещи по отношению к себе самим и к окружающим. Но радует то, что до сих пор буддисты никогда не развязывали войн и не грабили храмы других религий во имя Будды и ради обращения в свою веру.

Как буддисты, вы должны придерживаться такой политики: буддист никогда не участвует в кровопролитии во имя буддизма. Вам не следует убивать даже насекомое, не говоря уже о человеке. Если вам случится узнать, что какой-то буддист или группа буддистов так поступают, то вы, как буддист, должны выразить протест и осудить их. Если вы храните молчание, то вы не просто им не мешаете: по сути, вы — один из них. Вы не буддист.

## ПОСЛЕСЛОВИЕ

### О переводе терминов

**Я** попытался рассказать здесь о четырёх аспектах воззрения, сердце буддийской философии, обыденным языком, понятным людям из всех слоев общества. Для этого мне пришлось принять довольно жёсткое решение относительно выбора терминов. Думаю, важно иметь в виду, что и по сей день не существует окончательного консенсуса в непростом деле перевода санскритских и тибетских терминов Дхармы на английский и другие европейские языки. В разных буддийских школах и даже в одной школе тибетского буддизма смысл и написание терминов неодинаковы. Одним из наглядных примеров является тибетское слово *zag bcas* (произносится *сагче*), которое мы переводим здесь как «эмоция», например в выражении «все эмоции — страдание». Такой выбор вызывает недоумение среди тех, кто считает, что он «излишне обобщающий» и включает в себя много лишнего. Некоторые люди считают, что не все эмоции представляют собой страдание. Однако недоумевают и те, кто считает, что охват его недостаточен, по-

скольку буквальный перевод слова *zag bcas* довольно просторен.

Как объясняет в своей книге «Неоспоримая истина» Чокьи Нима Ринпоче, «слово *zag bcas* буквально означает "связанное с падением или перемещением"». Далее он говорит:

Однажды мне представился случай спросить Куну Ринпоче, ТензинаГьялцена, о смысле этого и некоторых других буддийских терминов. Сначала он объяснил смысл слова *gang zag*, «личность», в котором содержится один из слов слова «загрязнение». *Gang* — значит «любой», то есть любой из возможных миров, или мест перерождения, шести классов существ, а *zag pa* — значит «впадать», «перемещаться», или «мигрировать» в одно из этих мест. Таким образом, это слово, обозначающее личность, имеет следующий смысл: «подверженный перерождению». Он также заметил, что эта этимология всегда вызывала споры, поскольку архата тоже называют *gang zag*, «индивид», или «персона».

Валпола Рахула, автор книги «Чему учил Будда», перевёл первую печать как «Всё зависимое — *дукха* (страдание)». Другие использовали такое выражение: «Все загрязнённые, или порочные, явления имеют природу трёх страданий». В словаре Рангджунг Йеше даётся похожий перевод: «Всё, что разрушается, — страдание».

Можно было бы возразить, что эти варианты перевода или слишком общие, или охват их слишком узок. Чтобы понять многие из этих терминов,

серьёзному исследователю понадобятся дальнейшее изучение и объяснения. По сути, всё, что подчиняется взаимозависимости, не обладает подлинным суверенитетом, не способно в полной мере распорядиться самим собой, и эта зависимость порождает неопределённость — одно из главных качеств, описывающих страдание, как оно понимается в буддийском учении. Следовательно, использование английского слова *suffering* («страдание») требует множества объяснений.

Однако я всё-таки решил использовать перевод «все эмоции — страдание», чтобы читатель не стал искать причину своего страдания вовне. Этот подход более личный, интимный и «сопричастный» — речь идёт о нашем собственном уме и наших эмоциях.

Ещё один момент, который должен отметить читатель: четыре печати воззрения, как они представлены в этой книге, освещены исключительно с точки зрения махаяны. В традициях *шравакьяны*, например в тхераваде, может быть не четыре печати, а только три. Все эти три печати содержатся в описанных выше четырёх. Поскольку данная книга задумана как довольно обобщённое, обширное изложение, я решил, что лучше дать больше, чем меньше, лучше сказать всё, а не только какую-то часть, чтобы потом не понадобилось делать дополнения.



## БЛАГОДАРНОСТИ

Говоря о составных явлениях, я хотел бы сказать, что за подходящими примерами не нужно далеко ходить. Эта книга являет собой прекрасный пример составных явлений. Хотя некоторые примеры и взяты из современной жизни, основная логика, исходные аргументы и аналогии даны именно в таком виде, в каком они приводятся в учении. Я решил, что мне нечего стыдиться, если я заимствую оригинальные идеи и учения Будды и многих его древних последователей, особенно если речь идёт о таких учителях, как великий Гуру Ринпоче Падмасамбхава, Лонгченпа, Миларепа, Гампопа, Сакья Пандита, Ригдзин Джигме Лингпа и Патрул Ринпоче. Поэтому тем, кто хоть немного ощутил на себе их вдохновляющее влияние, нужно приложить некоторые усилия, чтобы познакомиться с трудами этих учителей. Здесь я должен упомянуть, что ответственность за любые грубые ошибки и неточности, будь то словесные или смысловые, которые обнаружит сведущий читатель, я целиком принимаю на себя, и, хотя критика только приветству-

ется, мне всё же кажется, что это будет пустой тратой вашего драгоценного времени.

Тем, что эта книга по меньшей мере удобочитаема, мы обязаны усилиям Ноа Джонс, которая была не только редактором, но и добровольцем, вызвавшимся стать подопытным кроликом, как «полный профан в буддийской философии». Поэтому я выражаю ей огромную признательность и благодарность. Также я должен поблагодарить Джесси Вуд за её безупречное знание правил пунктуации. И ещё я должен сказать спасибо всем своим друзьям: подросткам, учёным, любителям пива и мыслителям — за то, что они задавали очень трудные вопросы, благодаря которым и родилась эта книга. Начало ей было положено в одном весьма прикольном кафе на острове Бали, который некогда был богатым индуистским государством. Писалась она среди туманов и кедровых лесов на берегах озера Дейзи, а завершена была в Гималаях. Да пробудит она в читателе желание узнать больше.

KHYENTSE  
FOUNDATION

Дзонгсар Кхьенце направил свой гонорар за эту книгу в Фонд Кхьенце, некоммерческую организацию, основанную в 2001 году для поддержки деятельности различных институтов и частных лиц, интересующихся изучением и практикой мудрости и сострадания, преподанных Буддой.

Фонд выполняет эту миссию, осуществляя ряд проектов, в числе которых обеспечение стипендиями и сбор средств для обучения монахов, финансирование переводов и публикаций, исследований буддизма в крупных западных университетах, поддержка буддийских школ для детей и иные виды деятельности. Более подробную информацию о деятельности Фонда вы можете найти в Интернете по адресу: [www.khyentsefoundation.org](http://www.khyentsefoundation.org).

## КАК ОБРАЩАТЬСЯ С БУДДИЙСКИМИ КНИГАМИ

*Будда учил:*

*Когда настанет последний пятисотлетний период,  
Я буду присутствовать в виде священных текстов.*

*Веря, что они — это я,*

*Оказывайте им должное уважение !*

**Д**харма — Учение Будды — чудодейственное лекарство, помогающее вам самим и всем живым существам избавиться от страданий. Ко всякой книге, содержащей Учение Будды (а даже одно слово Дхармы или имя Будды делают книгу таковой), следует относиться уважительно, на каком бы языке она ни была написана. Избегайте класть книгу на пол или на стул. Не переступайте через книгу и не ставьте на неё какие-либо предметы — даже изображения Будды или божеств. Храните книги Дхармы на алтаре или в другом почётном, чистом и предпочтительно высоком месте. Не выбрасывайте, подобно мусору, старые или ненужные книги, содержащие Учение Будды. Если возникла Такая необходимость, лучше сожгите их — предание огню считается уважительным способом избавиться от пришедшего в негодность религиозного текста. Таким же образом рекомендуется с почтением относиться и к писаниям других духовных традиций.