

БУДДИЗМ

ГЛАВА 2. ЧЕТЫРЕ БЛАГОРОДНЫЕ ИСТИНЫ

Первая благородная истина

Однажды к Будде пришла молодая женщина, убитая горем: умер ее первенец, любимый сын. Она прижимала к себе его бездыханное тельце, не в силах с ним расстаться, и в исступлении просила Будду вернуть к жизни ее дитя. Как же повел себя Будда? Он не стал утешать женщину и обещать ей, что может исполнить ее желание. Он спокойно выслушал ее и пообещал ей вернуть сына, но при одном условии: она принесет ему горчичное зерно из того дома, где никто и никогда не умирал. Женщина обошла все селение, но не нашла ни одного дома, в котором бы не теряли близких. То же самое было и в других селениях. Тогда она пришла к Учителю, и он сказал ей: «Ты думала, что только твой сын умер, а это непреложный закон для всех живых существ: владыка смерти вырывает из жизни все существа и ввергает их в море погибели. Смерть уносит любого человека, подобно тому, как бурный поток уносит спящую деревню». Здесь стоит вспомнить сходный эпизод из истории христианства. Однажды к Сергию Радонежскому принесли больного ребенка. По дороге дитя умерло, и убитый горем родитель уже пошел готовить гроб. Но когда он вернулся к преподобному, то увидел ожившего ребенка. Святой старец сказал, что ребенок вовсе не умирал: он просто замерз в дороге, а вот теперь согрелся и ожил.

В буддизме же все иначе. Приведенный эпизод показывает, что Будда был не только великим мудрецом, но и великим Учителем. Он никогда не проповедовал абстрактные (и тем более объективные) истины и не изрекал окончательных (а значит, закосневших) догм, но в совершенстве владел методом, позволяющим человеку идти своим собственным путем, осуществляя в себе самом закон внутренней гармонии, «срединности». Так было и в случае с безутешной матерью: он подвел ее к тому, чтобы она сама убедилась в неизбежности и неизбывности страданий. Потом она многое осознала в своей жизни и стала верной последовательницей Будды.

Страдание — краеугольная категория в буддийском учении. К. Бальмонт, увлеченный индийской культурой, написал в стихотворении, посвященном Д. С. Мережковскому, автору популярного в те годы стихотворения «Будда»:

Я полюбил индийцев потому,

Что в их словах — бесчисленные зданья,
Они растут из яркого страданья,
Пронзая глубь веков, меняя тьму.

Что такое страдание, каждый из нас знает очень хорошо на своем опыте. Примеров тому найдется немало и в нашей собственной жизни, и в жизни наших близких, и в нашей общей истории. «Человеческая история полна преступлений, войн, страданий и страха, а счастья в ней ровно столько, что, пока оно есть, мы мучительно боимся его потерять, когда же оно ушло — страдаем еще больше. Время от времени жизнь становится вроде бы получше, создаются цивилизации. Но все они гибнут, да и при них принесенные ими облегчения полнее уравниваются новыми видами страданий», — писал К. С. Льюис, известный английский писатель и религиозный мыслитель.

Создавая свое учение, Будда основывался на феномене «страдания-духкха¹», этого универсального принципа, глубоко укорененного в опыте, знакомом всем чувствующим существам. Иного, столь же фундаментального переживания, пока, кажется, не обнаружено. Не все живые существа могут мыслить (как тут не вспомнить Р. Декарта с его знаменитым изречением «Я мыслю, следовательно, я существую!»), но страдают все, так как все подвержены старости, болезням и смерти. В жизнеописании Будды есть эпизод, когда он, принц, во время охоты увидел вспаханное поле и был потрясен открывшимся ему зрелищем: птицы выклевывали червей из комьев земли. Принц вдруг понял, что одни существа могут жить только ценой смерти других. Еще более глубокое потрясение вызвали те четыре роковые встречи, о которых рассказано в предыдущей главе. Именно это созерцание всеобщего и неизбежного страдания перевернуло жизнь царевича Сиддхартхи, побудило его оставить свой уютный домашний мирок и отречься от царского положения. Страдание, таким образом, стало исходным пунктом его учения.

Однозначно определить, что такое страдание, так же, как и описать его противоположного «двойника», счастье, невозможно, хотя они известны каждому из нас. Однако очевидно, что страдание может иметь несколько уровней. Все мы очень хорошо знаем, что такое физическое, телесное страдание, так как не раз испытывали боль, голод и недомогание. Рождение, старение и смерть, как и многое другое в нашей жизни, невозможны без страданий. Известны нам и душевные муки, когда, например, рушатся наши иллюзии, за которые мы порой упрямо держимся и не находим сил с ними расстаться, или когда мы испытываем разочарование в людях, идеях, прожитых годах. Никто из нас не защищен от физических и душевных страданий, и никому еще не удалось прожить без них жизнь. Этот первый

¹ Duhkha (санскрит) — страдание, несчастье, скорбь.

уровень страданий в буддизме называется «страдание как таковое».

Обычно наши страдания и тревоги чередуются с периодами относительного благополучия, эмоциональных взлетов, радостного настроения, т. е. такого состояния, которое мы привыкли называть счастьем. Но почти всегда любые, даже самые радостные и долгожданные перемены вносят в нашу жизнь изменения, которые нередко оборачиваются новыми страданиями или новыми проблемами. Например, мы страдаем в разлуке с любимым человеком. Но вот мы, наконец, соединились с ним, мы счастливы. Однако вместе с тем приходится решать новые, и далеко не всегда приятные проблемы: где жить и как найти квартиру, как зарабатывать средства для содержания семьи, как примирить негодующих родственников, как обеспечить благополучие и счастье другого человека и т. п. А тут еще нередко обнаруживается, что вождельный плод оказался не так уж и сладок, как нам представлялось в мечтах, и жизнь порой утрачивает смысл, потому что стремиться теперь вроде бы не к чему. Ну а если вспомнить, что всех нас в итоге ждет смерть, то не остается никаких сомнений в том, что любые удовольствия и наслаждения конечны и преходящи.

И так — всю жизнь. От рождения до смерти мы не можем выпутаться из страданий, подобно птице из сказки, которая попала в смолу и никак не могла из нее выбраться: вытащит клюв — увязнет хвост, вытащит хвост — увязнет крыло. Страдания подобного рода называются в буддизме «страданиями перемен».

Как бы мы ни хотели и что бы мы ни делали, мы никогда не сможем полностью избавиться от житейских неурядиц и проблем.

Мы не можем быть неизменно здоровыми и никогда не болеть, оставаться вечно молодыми, всегда создавать для себя и своих близких идеальные условия, постоянно окружать себя обществом только приятных нам людей и никогда не сталкиваться с неприятностями и пороками. С этим связан третий уровень страданий, называемых «страданиями нестабильности», и никуда нам от них не деться. Примеров, подтверждающих это, можно найти более чем достаточно и в окружающей нас жизни, и в литературе. Так, героиня романа Т. Москвиной «Смерть — это все мужчины» размышляет после любовного свидания: «Я забыла о себе. Вот в чем счастье: я не помнила о себе. Проклятый голос замолчал, подавился любовью. Невыносимое, разросшееся до болезни “Я” смыло и смело, как шторм сметает надменный корабль и его гордую команду.

Но буря прошла, и уцелевшие моряки таскают на берег то, что отдала стихия. Я опять в сознании, значит, вновь буду несчастна. А нельзя ли как-нибудь остановить время? Или прекратить себя? Опять напалзают тревоги...»

Согласно буддийскому учению, к страданию относится не только то, что вызывает наш телесный, ментальный или душевный дискомфорт. Вся наша жизнь, от рождения до смерти, есть не что иное, как страдание, и мы

обречены его терпеть. Не понимая своего положения, мы расплачиваемся за прошлые прегрешения и создаем поводы для новых страданий, опутывая себя все более плотными кармическими узами. Но страдание — не только человеческий удел. Страдают животные и растения, страдают обитатели многочисленных адов (в буддизме ад — это временное состояние сознания) и даже боги-небожители, которым также введом страх смерти. Нет ни одной формы жизни, которая не была бы подвержена страданиям.

Об этом Будда поведал в своей первой проповеди в Бенаресском лесу: «Такова, о монахи, арийская истина о страдании. Рождение есть страдание, старость есть страдание, болезнь есть страдание, смерть есть страдание. Соединение с неприятным есть страдание, разъединение с приятным есть страдание, любое неудовлетворенное стремление есть страдание...» Согласно общепринятым представлениям, эта проповедь отражает видение мира и жизни самим Буддой, его духовный опыт, «великое просветление». Его невозможно выразить в словах, так как оно лежит за пределами слов и понятий. Однако высокий духовный опыт предполагает толкование, и оно было сделано Буддой в этой проповеди, произнесенной в Бенаресе. Слова самого Будды нам не известны, но в дошедшем до нас тексте содержится ядро того, что ему открылось: все живое на земле страдает. Такова первая благородная истина о страдании.

Необходимо оговориться, что отношение к страданию в буддизме отличается от привычного нам, христианского. В христианской традиции страдание понимается обычно либо как результат утраты первоначального рая, либо как наказание за грехи, либо как испытание веры на прочность, ниспосланное нам Богом, либо даже как происки Сатаны, Дьявола, прельщающего нас гордыней, и т. п. Мы верим, что страдание очищает и возвышает нашу душу, а вере придает подлинность и незыблемость. Можно даже говорить о своеобразном культе страдания в христианстве, берущем начало от распятия Христа, пострадавшего за грехи человеческие и искупившего их.

В буддизме же страдание не имеет большой религиозной ценности: вспомним, как скептически Будда относился к самоистязаниям аскетов. Кроме того, страдание понимается не как нечто внешнее по отношению к нам, нет, оно видится зарождающимся в нас самих. Если оно и служит нам наказанием за совершенные в прошлом недостойные деяния, то совершается в силу действия *кармы*, безличного закона возмездия-воздаяния. Если исходить из нашего внутреннего мира, то надо признать, что страдание служит нам сигналом, что мы все еще находимся в тисках кармы и вовлечены в круговорот рождений и смертей, *сансару*.

С этой первой буддийской истиной о страдании обычно ассоциируется один из важнейших принципов буддийского взгляда на мир — осознание его не вечности, бренности, мимолетности, обозначаемые санскритским термином *анитья*. Страдание — неотъемлемый фактор такого бытия, его

следствие, преодолеть которое можно лишь одним способом — узнав причину страдания и искоренив ее.

Вторая благородная истина

Причину страдания раскрывает вторая истина, провозглашенная Буддой: «Такова, о монахи, арийская истина о возникновении страдания. Поистине, жажда вызывает возобновление существования, сопровождаемое жаждой чувственных удовольствий, поисками удовлетворения то в одном, то в другом, стремление к удовлетворению страстей, стремление к существованию или к несуществованию».

Если страдание, как считают буддисты, — не внешняя по отношению к нам сила, то в нашей власти избавиться от него, преодолеть его. Для этого нужно понять, что настоящей причиной наших страданий являются наши постоянные желания, обозначаемые санскритским термином *тришна* — «жажда». В переносном смысле она понимается как желание, влечение, а также как отвращение — обратная сторона влечения, влечение с противоположным знаком. Среди метафорических синонимов жажды называются «поток, река, течение, океан»: имеется в виду поток сансарного бытия. Мудрец в буддийском сочинении «Вопросы Милинды», представляющем собой дискуссию между греко-бактрийским правителем Менандром (Милиндой) и буддийским монахом Нагасеной (около I в. до н. э.), говорит царю: «Да и все, государь, кто находится в сонме живых существ, следуют потоку сансары, сталкиваются, уносимые потоком сансары, и с милым, и с постыдным». Сам же Будда не раз называется выбравшимся из потока — того самого, в который нас, как в пучину, затягивают наши бесконечные и неутолимые желания.

Герой романа современного писателя Ирвина Ялома «Когда Ницше плакал», один из отцов-основателей психоанализа И. Брейер, вспоминая о своей пациентке, которой он увлекся, говорит: «Что я искал в ней? Чего мне не хватало? Разве жизнь моя не была полной чашей? Кому могу я пожаловаться, что моя жизнь неуклонно становится все более похожей на край обрыва, на котором все труднее устоять. Кто сможет понять мои мучения, мои бессонные ночи, мое заигрывание с идеей самоубийства? В конце концов, разве я не обладаю всем тем, о чем только можно мечтать: у меня есть деньги, друзья, семья, очаровательная красавица-жена, слава, уважение? Кто утешит меня? Кто не станет задавать сам собой напрашивающийся вопрос: “Чего же еще ты можешь хотеть?”».

Не каждый из нас может так пристально вглядываться в себя, в свой внутренний мир и анализировать свои желания. Но каждый знает, что если наши желания удовлетворяются, то мы привязываемся к тем людям, идеям,

вещам, которые приносят нам это удовлетворение: нам нравится ими обладать или эгоистически наслаждаться ими. Когда же мы не получаем желаемого, то это лишь подстегивает наши желания (запретный плод всегда сладок!), а также вызывает неприязнь или даже отвращение к тому, что мешает их удовлетворить. Эта привязанность-*упадана* может принимать самые разнообразные формы в зависимости от того, возникает ли она в результате любви, ненависти, жадности или иных чувств. Но во всех случаях она вовлекает нас в мучительный круговорот бытия, сансару, заставляя нас страдать в том мире, который мы сами себе создаем вновь и вновь.

Таким образом, наши желания, которые оказываются не чем иным, как неявной, закамouflированной формой привязанности к жизни, обрекают нас, как белку в колесе, на непрерывное круговращение в цикле рождений и смертей. При этом мы редко задумываемся о том, что рождение и смерть неотделимы друг от друга: а ведь это, по сути, одна и та же дверь, которая может служить и входом, и выходом. Так и желания: буддизм выступает и против гедонизма, и против аскетизма. И та и другая крайности не приведут к позитивным результатам. Буддизм учит другому: «Земные желания — тропы в мир просветления».

Буддисты выделяют десять привязанностей, в которых реализуется жажда-*тришна*. Прежде всего, это заблуждение относительно собственного «Я», самости. Этот принцип обозначается *анатта*, что буквально значит «не-душа». <...> Другие девять привязанностей — сомнение или отсутствие убежденности в истинности буддийского учения; вера в обряды и их действенную силу; стремление к чувственным удовольствиям; склонность к недоброжелательности, ненависти и другим негативным чувствам; чрезмерная привязанность и любовь к земной жизни; стремление к небесной жизни; предрасположенность к гордыне; склонность оправдывать свои поступки; невежество или, точнее, неведение.

Итак, установлено, что есть страдание и есть причина страдания. С их помощью почти исчерпывающе описывается наше наличное бытие. Но поставить диагноз — мало; нужно еще суметь вылечить страдальца от болезни. А в том, что недуг излечим, Будда нисколько не сомневался.

Третья благородная истина

Буддисты не считают, что страдание является следствием нашей ущербности или связано с порочностью человеческой природы. А это значит, что оно может быть преодолено, причем собственными, но обязательно сознательными усилиями человека. Заметим, ни Будда, ни его последователи не уповали на божью благодать или на ответный дар богов за совершенное жертвоприношение; они вообще не надеялись на какие бы то ни было

потусторонние силы. Нет, ставка была сделана только на свои собственные действия и помыслы. Ведь если когда-то их посредством человек запустил неподвластный ему механизм кармы, обрекающий его на страдания в круговороте мучительного сансарного бытия, то только он сам может его и остановить. Таким образом, оказывается, что в учении буддизма, по крайней мере, в его раннем, индийском варианте, не оставалось места для богов и иных мифических существ, так же, как и для молитв или жертвоприношений, адресованных им.

Человек может и должен сам, своими непрерывными усилиями избавиться от гнева, алчности, ненависти и других аффектов, и самое главное, от ослепляющего его неведения, а тем самым — и от страдания. Чем успешнее он будет это делать, тем более возрастет его внутреннее ощущение счастья. Вот почему полное освобождение от связывающих его пут, *нирвана*, называется высшим блаженством. Слово «нирвана» происходит от санскритского корня *нир* — «угасать», «прекращаться», «стихать»; угасать как пламя светильника, когда кончается питающее его масло; прекращаться, как буря, когда стихает вызвавший ее ветер. Это то самое состояние радостного и возвышенного экстаза, в котором Будда пребывал семь дней после обретения им просветления. Для характеристики этого состояния сознания нередко используется аналогия солнца, которое появляется из-за облаков: когда практикующие избавляются от неведения и заблуждения, они видят проблески состояния пробуждения.

Ключевое понятие здесь — радость, блаженство; это один из важнейших факторов духовного освобождения. Радость, как и страдание, имеет много градаций. Но среди них можно выделить три основных типа. Первый — телесное здоровье, чувственное наслаждение — хорошо всем нам знакомо и не нуждается в пояснениях. Второй тип — ментальная радость — также доступна многим из нас; она заключается в удовлетворении интеллектуальных и эмоциональных желаний и склонностей. Третий тип — наивысший — это чистая радость, свободная от каких бы то ни было эгоистических интересов и индивидуальных предпочтений; она превосходит все известные нам мирские переживания.

С точки зрения обыденной психологии просветление Будды — состояние полной свободы от любых негативных эмоций и обретение особой невыразимой полноты бытия. Это ни в коем случае не пассивное равнодушие, а духовное равновесие и полная, всеобъемлющая гармония, осуществление высшего духовного потенциала человека, выход в некую предельную реальность. Это состояние ясной безмятежности, включающее в себя мудрость, любовь и сострадание ко всем живым существам. Считается, что оно непостижимо для обычного рассудка. Чаще всего его характеризуют как уровень особого внеличного бытия, и в буддийских текстах нет его описания, поскольку в нашем человеческом лексиконе нет подходящих для этого слов. Лучшими определениями нирваны считаются либо

отрицательные типа «не то, не то», либо вообще молчание. Неслучайно вопросы о том, что же собой представляет нирвана, относились к числу тех, по поводу которых Будда хранил «благородное молчание». Ее можно достичь и узнать только на собственном опыте.

В «Вопросах Милинды» мудрец говорит: «О нирване... нельзя сказать, что она порождена деянием, или причиной, или сроком, что она ставшая, или не ставшая, или породима, или прошлая, или будущая, или нынешняя, или воспринимаема зрением, или воспринимаема слухом, или воспринимаема обонянием, или воспринимаема вкусом, или воспринимаема осязанием. Но нирвана... воспринимаема умом; ее видит истинно-делающий арийский слушатель своим очищенным знанием».

Истина о прекращении страдания провозглашает «полное бесстрашие и прекращение желания, отбрасывание его, отвержение его и освобождение от него без привязанности к нему». Она провозглашает полное и окончательное прекращение страдания: человек может избавиться от мучительной несоразмерности своего бытия, вступив на путь, ведущий к пробуждению, к выходу из омраченного неведением состояния собственного сознания.

Четвертая благородная истина

Возможность и обещание достичь полной духовной свободы Будда подкрепляет конкретным предложением следовать восьмеричным путем. Он подробно изложил этот путь, ведущий от обычного мирского состояния сознания к достижению высшего блаженства. Его описание и составляет четвертую, самую важную часть возвещенных им благородных истин: «Поистине, это благородный восьмеричный путь — правильное воззрение, правильное намерение, правильная речь, правильное действие, правильный образ жизни, правильное усилие, правильное самообладание, правильная концентрация». Таким образом, в последней, четвертой истине суммируются результаты трех предшествующих истин и указывается практический путь к достижению цели. Подобный подход кажется вообще характерным для метода Будды, не признававшего ни слепой веры, ни формального следования его наставлениям. Всему этому он предпочитал веру человека в собственные внутренние силы и интуитивное проникновение в суть его проповеди.

Совершенно очевидно, что достичь полного духовного освобождения сразу невозможно; нужно двигаться постепенно в правильном направлении. Слово «правильный» может насторожить или даже отпугнуть: то, что является правильным для одного, для другого может оказаться совершенно неприемлемым. Но буддийский термин *самма* (что на языке пали означает

«правильный») имеет более глубокий смысл: правильный не означает «следующий некоему установленному правилу». Он означает целостное, полное, совершенное действие или состояние. За этим стоит определенная установка буддийской психологии, предполагающая полноценное, всестороннее видение явлений, исключающее односторонний подход, обрекающий нас на предвзятые мнения и идеи.

Пояснить сказанное можно разными примерами, но обратимся к буддийским высказываниям. Хуэй-нэн, один из основоположников китайского чань-буддизма, в полной мере унаследовавшего принцип срединного пути, советовал своим ученикам: «Если вас спросят, ожидая услышать в ответ “да”, говорите “нет”. Если вас спросят, ожидая услышать “нет”, говорите “да”. Если спросят о простом человеке, отвечайте, как если бы спросили о мудреце. Если спросят о мудреце, поступайте наоборот. Показывая относительность всех понятий, раскрывайте срединный путь». Таким образом, в любой паре понятий одно не исключает другого, а существует только наряду с ним. Срединный путь готовых ответов не предлагает, но зато вопросов задает немало, и решать их человек каждый раз должен сам.

Выводов из сказанного можно сделать много. Но, пожалуй, главный из них — четыре благородные истины надо пережить, почувствовать их смысл всем сердцем. Иными словами, не стоит занимать позицию страуса, прячущего голову в песок, и закрывать глаза на то, что несет нам страдание. Гораздо лучше признать факт его неизбежного существования, найти его причину и понять, что причина эта заключена в нас самих, а не в окружающих нас людях и обстоятельствах. Поняв, осознав, прочувствовав это, можно двигаться последовательно по ступеням буддийского пути освобождения от страдания и кармических пут. Признание факта страдания и его источника, *устранение* этого источника и поиск пути, ведущего к уничтожению страдания, — вот первые шаги, свидетельствующие о «правильном воззрении». Итак, правильное понимание выталкивает нас из самодовольного состояния, в котором бездумно пребывает большинство из нас. Оно подводит нас к осознанию себя и мира, к пониманию невечности и быстротечности нашей жизни и заставляет увидеть бездну страдания и в ней, и в окружающем мире.

Второй шаг, «правильное намерение», определяется как осознанная решимость, побуждающая человека контролировать свои мысли, слова и действия, а также удерживаться от насилия, причинения вреда всему живому и от других низменных проявлений. Их следует постепенно заменять на положительные противоположности, например жадность — на щедрость, ненависть — на любовь и т. п.

Третий шаг, «правильная речь», предполагает воздержание от клеветы, лжи, злословия, грубости, пошлости и т. п. В одном из буддийских текстов приводится такое разъяснение этого шага: «Он говорит истину, опираясь на

истину, он предан истине, заслуживает доверия... Он никогда сознательно не говорит лжи, ни ради своей выгоды, ни ради выгоды другого человека, ни ради какой бы то ни было выгоды. То, что он услышал здесь, он не повторяет в другом месте, дабы не служить там причиной разногласий и раздоров... Так творит он согласие меж теми, кто расходится в мнениях, и поощряет тех, кто обрел согласие. Согласие радует его, он любит и наслаждается согласием; и именно это согласие несут миру его слова. Он избегает грубой речи и говорит слова ласковые, успокаивающие ухо, полные любви, проникающие в сердце, вежливые и дорогие на радость многим. Он избегает фривольных разговоров и говорит в должное время, в согласии с фактами, говорит необходимое и полезное, говорит об учении, дает практические наставления; его речь подобна сокровищу, в должный момент сопровождаемая аргументами, размеренная и полная смысла. Это называется правильной речью».

Четвертый шаг, «правильное поведение», обычно определяется как добровольная, осуществляемая с полным пониманием забота о благе всех живых существ. Это подразумевает отказ от причинения вреда всему живому, от воровства, половой распущенности и т. п.

Пятый шаг, «правильный образ жизни», — это воздержание от любых занятий и профессий, способных повредить благу других существ, например торговля алкоголем, наркотиками, оружием, ядами. Неприемлемо и все то, что связано с предательством, вероломством, хитростью, гаданием, обманом. Жизнь человека, следующего по пути духовного самосовершенствования, должна быть чистой, справедливой и полезной; она должна способствовать благополучию его окружающих.

Шестым шагом на пути является «правильное усилие». Оно предполагает усилия не только по отношению к злым мыслям, уже возникшим в нашем разуме, но также и к тем, которые еще не возникли. Сходным образом следует пытаться усиливать не только создание блага, еще не совершенного, но и развивать уже содеянное благо. Под благими качествами подразумеваются не отвлеченные или обыденные вещи, а семь факторов духовного совершенствования, а именно: собранность разума; умение распознать истину; энергичность во всех действиях; увлеченность делом, которым занят; безмятежная ясность; концентрация сознания и равное, без предпочтений, отношение ко всему.

Седьмой шаг, «правильное самообладание», обычно описывается как нечто близкое к аналитическому размышлению: постоянное памятование и ясное представление о том, что происходит с телом, чувствами, разумом и психическими элементами.

Далее, от анализа сознания и его контроля в том виде, как оно есть, можно перейти к последнему, восьмому шагу — «правильное сосредоточение», *самадхи*, ведущему к преобразованию сознания и к достижению нирваны.

Характеристики, входящие в формулу пути, позже были упорядочены буддийскими теоретиками, которые разбили их на три этапа, или группы. Праведные речь, поведение и образ жизни вошли в стадию нравственности. Правильное усердие, правильное памятование и правильное сосредоточение составили этап медитации, или сосредоточения. Наконец, этап мудрости включает в себя правильные воззрения и решимость. Таким образом, буддийский путь освобождения немислим без развития в трех основных направлениях, которые можно обозначить как культура поведения, культура психики и культура понимания. В раннем буддизме предполагалось, что весь этот путь может быть пройден только монахами, а миряне должны ограничиваться улучшением своей кармы, т. е. совершать добрые дела и поклоняться «трем драгоценностям»: Будде, *Дхарме* (его учению) и *сангхе* (монашеской общине). Позже этот подход сохранился только в южном буддизме. В северном же миряне были не только «уравнены» с монахами в правах на обретение нирваны, но порой и особо превозносились как достигшие более высоких уровней духовного совершенства, чем иные монахи.

Таковы четыре благородные истины — краеугольный камень буддийского учения. Они изложены как медицинское заключение: история болезни, диагноз, вселение в пациента надежды на исцеление и, наконец, рецепт лечения. Это отвечает духу раннего буддизма: неслучайно его основателя сравнивали с врачом. Заметим, Будда озабочен вопросами терапии не общесоциальной, а индивидуальной; он не говорит о преобразовании окружающего мира, начиная от собственного дома и кончая государственным управлением, а призывает только к изменению самого себя.

Может возникнуть вопрос: почему буддийских истин именно четыре, а, скажем, не три или пять? Не отвлекаясь на заманчивые рассуждения о числовой символике, отметим, что, по мнению психологов, в глубинах нашего сознания есть некие заданные шаблоны для восприятия мира: чаще всего он предстает перед нами в своей четверичности. Универсальность символа четверичности подчеркивал К. Г. Юнг: «Четверичность есть архетип почти универсального явления. Он формирует логическую основу для любого цельного суждения. Если кто-либо желает вынести такое суждение, оно должно иметь этот четверичный аспект».

Цепь причинно-следственной зависимости

Смысл второй и третьей благородных истин раскрывается более подробно через принцип взаимозависимого происхождения, называемого на санскрите *пратитья самутпада*. Этот принцип возведен в безличный и универсальный закон, который распространяется на все явления жизни. Он

настолько важен, что иногда отождествляется с самим учением — Дхармой: в одном из текстов канона говорится, что тот, кто видит *пратитья самутпада*, тот видит Дхарму; кто видит Дхарму, тот видит *пратитья самутпада*.

Что же означает этот принцип? Его можно понять, обратившись к толкованию буддийским теоретиком Буддхагошей слова *самутпада*. Он трактует его как наличие множественности условий и их совместное действие для получения результата. Для пояснения он использует образ семени, посаженного в почву. При каких условиях семя может взойти и созреть? Очевидно, что таких условий много: семя не должно быть поврежденным, пересушенным, сгнившим, незрелым, перезрелым и т. п. Его нужно правильно посадить, за ним надо регулярно ухаживать. Должна быть пригодной и почва, достаточно влажная, рыхлая, удобренная. Если хотя бы одно из этих условий не будет выполнено, семя не взойдет, или не вырастет, или не даст плодов. Таким образом, причиной является целая совокупность условий, и каждое из них, так или иначе, соотносится со следствием. Подобные причинно-следственные цепочки и образуют действующие в сансаре механизмы, и никто не в силах изменить эти законы; их можно только постичь и указать на них.

Таким образом, самый общий смысл *пратитья самутпада* сводится к тому, что в мире сансары все обусловлено: здесь в концентрированном виде выражена теория и практика духовного освобождения, показывающая не только механизм закабаления живых существ в сансаре, но и путь выхода из него. Вот почему принцип зависимого происхождения соотносится не только со второй, но и с третьей благородной истиной о прекращении страдания.

Что же представляет собой этот механизм, который позже стали называть «колесом становления», *бхавачакрой*, и как он работает? Он складывается из отдельных звеньев-*нидан*, число которых в разных текстах колеблется, но классический список включает в себя двенадцать нидан. Первым звеном является незнание — *авидья* (1), которое выражается в непонимании четырех благородных истин, а также в заблуждении относительно своей собственной природы и природы существования как такового. Оно обуславливает благоприятные или неблагоприятные кармические факторы, так называемые *санскары* (2), т. е. мотивации, подсознательные влечения и тому подобные импульсы, влекущие к новому рождению. Их наличие, в свою очередь, обуславливают появление сознания человека — *виджняна* (3), которое и определяет психофизический комплекс человека, называемый *нама-рупа* — имя и форма (4). На основе этих психофизических структур формируются шесть чувственных сфер-*аятан* (5), т. е. органов, или способностей чувственного восприятия: зрение, слух, вкус, осязание и обоняние, а также *манас*, определяемый как орган восприятия «умопостигаемого». В момент рождения человека эти шесть органов восприятия приходят в соприкосновение-*сиарша* с шестью объектами

чувственного восприятия (6). В результате возникает чувство приятного, неприятного и нейтрального (7). Чувство приятного и желание вновь испытать его приводят к появлению влечения, *трихины* (8), а чувство неприятного формирует отвращение. Влечение и отвращение как две стороны одного состояния влияют на наши привязанности (9). Последние же обуславливают становление-*бхава* (10), которое вызывает рождение (11), неизбежно ведущее к старости и смерти (12). Так выглядит «колесо становления». В случае же прекращения незнания-*авидьи* оно раскручивается в обратную сторону: если не будет рождения, то не будет старости и смерти, если не будет становления, то не будет рождения, если не будет привязанности, то не будет становления и т. д.

Эта доктрина наглядно выражена в тибетских иконах, называемых «колесо бытия», *бхавачакра*. Сансара изображена на них в виде круга, или колеса, который держит в руках страшное чудовище, «хозяин смерти», напоминая о том, что ей, смерти, подвластно все, что находится в сансаре. Круг сансары разделен на пять или шесть секторов по числу разрядов живых существ: боги-небожители, люди, демоны-асуры, голодные духи-преты, животные, существа из ада. Здесь же показаны типичные сцены из жизни каждого вида этих существ. Центральной силой, удерживающей их в сансаре, являются яды-клеш; главные из них — невежество, гнев и страсть. Их символизируют трое животных: свинья, змея и петух, ухватившиеся за хвост друг друга и бегущие по кругу. Они изображены в самом центре колеса сансары, поскольку именно они приводят его в движение. Наконец, последний круг, образующий как бы обод колеса, разделен на двенадцать сегментов, соответствующих двенадцати звеньям-*нидана* цепи причинно-зависимого происхождения. Неведение символически изображено в виде человека, в глаз которого попала стрела; кармические импульсы — в виде гончара, лепящего горшки на гончарном круге; сознание — в виде обезьяны, прыгающей с ветки на ветку, поскольку оно неустойчиво и склонно перескакивать с одного объекта на другой. В верхнем углу картины, вне колеса, часто изображен Будда или монах, указывающий на сияющий круг рядом с ним — символ нирваны.

Карма — это не судьба, а деяние

На основе закона зависимого происхождения позже были выработаны упражнения по медитации для разных групп адептов. Но гораздо интереснее попытаться на его основе объяснить действие кармы и неизбежно связанную с ней пресловутую свободу воли. Буддизм не знал этой проблемы в том виде, как она всегда стояла в европейской философии. Если что и интересовало буддистов, так это возможность сознательного отношения к этому выбору. В

самом деле, если все действия человека обусловлены, то не может быть свободы выбора. По мнению одного буддолога, «такое обусловленное происхождение — это не вопрос акции, а вопрос реакции».

Что же касается закона кармы, то в буддизме он, в самом общем виде, понимается как сложнейший закон причин и следствий. В каноническом тексте «Чуллакаммавибханга-сутра» некий юноша по имени Субха спрашивает Будду, почему одни люди живут долго, а другие мало, почему одни болеют, а другие здоровы, почему среди людей есть уродливые и красивые, беспомощные и могущественные, бедные и богатые, низкорожденные и высокорожденные, невежественные и мудрые? На это Будда ответил: «Все живые существа имеют свою собственную карму, она их наследство, их порождение, их родственница, их убежище. Именно карма определяет низкое или высокое состояние существ». И далее: «Если человек, будучи охотником, уничтожает жизнь, пачкает руки кровью, если он... не имеет жалости к живым существам, то, вновь рождаясь среди людей, он проживет недолгую жизнь. Если человек избегает убийства, отложит дубину и оружие, если он жалеет все живые существа, он, когда вновь рождается среди людей, живет долго. Если человек привык досаждать другим кулаками, дубиной или мечом, он, когда рождается среди людей, будет страдать от множества болезней. Если человек не вредит другим, он, когда вновь рождается среди людей, будет обладать хорошим здоровьем. Если человек... раздражается по всякому поводу, не сдерживает своего гнева, недоброжелателен и злобен, он, вновь рождаясь среди людей, будет уродливым».

Применительно к нашей жизни закон кармы означает, говоря упрощенно, что все наши действия и поступки имеют последствия и творят наши будущие переживания, состояния и мир вокруг нас. Если мы, к примеру, питаем к людям ненависть или зависть, то неизбежно начинаем жить в атмосфере ненависти или зависти: они, как бумеранг, вернуться к нам, и окружающие будут испытывать к нам те же чувства. Если же мы станем культивировать в своем сердце любовь, то и она, отразившись от других людей, вернется к нам. Понимание кармы, пусть даже самое поверхностное, дает нам возможность сознательно изменить ход своей жизни.

Вообще же карма считается чрезвычайно сложным законом, который в полной мере был понятен только самому Будде. Но стоит отметить, что в ее конструировании главная роль отводится помыслам. Что же касается слов и мыслей, то они вторичны по отношению к сознанию. Вот почему главное внимание во всех буддийских школах уделяется классификации сознания, которое подразделяется, говоря современным языком, на 17 типов морального сознания и 12 — аморального. Эти 29 типов сознания и создают карму, причем считается, что их эффект проявляется автоматически. Каждое новое рождение неизбежно влечет за собой новую деятельность и новые аффекты; они же, в свою очередь, выступают причиной следующего

рождения. На этом основании и выводится идея сансары — безначального круговорота бытия как цепи причинно-следственных связей, отраженных в законе *пратитья самутпады*.

Учение о четырех благородных истинах, восьмеричный путь освобождения, закон зависимого происхождения и три сущностные характеристики (*три-лакшана*) бытия: преходящесть жизни — *анитья*, бессамость — *анатма* и страдание — неудовлетворенность — *дуккха* образовали ядро буддийского мировоззренческого комплекса. Из него выводятся все главные установки и ключевые понятия: *сансара* — круговорот рождений и смертей, вызывающий страдание как претерпевание бытия в этом круговороте; *клеши* — аффекты, снова и снова обуславливающие новые рождения, ввергающие в сансарную пучину; *карма* как неизбежное созревание плодов деятельности; *дхарма* как учение Будды, ведущее к *нирване*, выходу из этого мучительного круговорота. Главная идея раннего буддизма — обретение нирваны, и потому в текстах повторяется, что учение Будды имеет вкус освобождения в начале, вкус освобождения в середине и вкус освобождения в конце. Будда в своих проповедях говорит только о дхарме, «тонкой, глубокой, трудной для понимания» и т. п., потому что разговоры о ней «ведут к миру, пробуждению и нирване».

К. Г. Юнг относил учение Будды «к вечным ценностям, которым должно сохраниться». «Это учение, — писал он, — предоставляет западному человеку возможность дисциплинировать внутреннюю жизнь своей души, в чем ему часто и достойными сожаления методами отказывают различные христианские конфессии. Поэтому буддийское учение может помочь там, где ни христианский ритуал, ни сила религиозных представлений не дают результата (к примеру, при психогенных нарушениях)».